संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

मासिक पत्रिका

मूल्य : ₹ ६ भाषा : हिन्दी
प्रकाशन दिनांक : १ मई २०१५
वर्ष : २४ अंक : ११
(निरंतर अंक : २६९)
पृष्ठ संख्या : ३२+४
(आवरण पृष्ठ सहित)

भक्तों की अटूट श्रद्धा के पीछे क्या है राज ? पृष्ठ ११

पूज्य संत श्री आशारामजी बापू

पाँच प्रधानमंत्रियों, कई मुख्यमंत्रियों, राज्यपालों और राष्ट्रपतियों ने जिनके सत्संग और दैवी कार्यों की सराहना की है, ऐसे ७६ वर्षीय संत की लड़खड़ाती तबीयत के बावजूद उनके साथ इतना अन्याय कब तक ?

आवरण पृष्ठ ४ भी देखें

''सारी चीजों को देखने से मुझे लगता है कि आशारामजी बापू के खिलाफ केस बनता ही नहीं है, इनको निर्दोष बरी करना ही पड़ेगा । दंडित होने के बावजूद कइयों को जमानत मिली है तो (निर्दोष) बापूजी को क्यों नहीं ? उनके साथ बहुत बड़ा अन्याय हो रहा है । जाँच की स्थिति में होते हुए भी आशारामजी बापू करीब २० महीने से जेल में हैं । यह भारत में एक रिकॉर्ड है । जमानत उनका मूलभूत अधिकार बनता है ।''

– सुप्रसिद्ध न्यायविद् डॉ. सुब्रमण्यम स्वामी पृष्ठ ६

पूज्य बापूजी को कारागार भेजे जाने पर अन्याय का विरोध करते हुए शिवसेना प्रमुख श्री उद्धव ठाकरे ने कहा था : ''पूज्य बापूजी को बेवजह परेशान न किया जाय ।''

बापूजी के सत्संग में पधारे श्री उद्धवजी के उद्‌गार : ''बापूजी ! हमें आपके मार्गदर्शन की जरूरत है, वह सतत मिलता रहे । आपने हमारे कंधों पर जो जवाबदारी दी है, उसे हम भली प्रकार निभायें । लोगों की, संस्कृति की अच्छे ढंग से सेवा करें । सत्य का मार्ग कभी न छूटे, ऐसा आशीर्वाद दो ।''

पूज्य बापूजी की प्रेरणा से नेपाल के भूकम्पग्रस्त इलाकों में जारी हैं राहत-सेवाकार्य

भूकम्प-पीड़ितों की सेवा के लिए कच्चा राशन, सब्जियाँ, कपड़े, बिस्कुट, नमकीन, पानी, दवाइयाँ आदि राहत-सामग्री से भरे ट्रकों के साथ सेवाधारियों एवं डॉक्टरों के दल भी पहुँचे नेपाल ।

पूज्य बापूजी के अवतरण दिवस पर गरीबों में अनाज, बर्तन, कपड़े आदि जीवनोपयोगी वस्तुओं का वितरण एवं भंडारे

स्थानाभाव के कारण सभी तस्वीरें नहीं दे पा रहे हैं। अन्य अनेक तस्वीरों हेतु वेबसाइट www.ashram.org/sewa देखें।

ऋषि प्रसाद

हिन्दी, गुजराती, मराठी, उड़िया, तेलुगू, कन्नड़, अंग्रेजी, सिंधी, सिंधी देवनागरी व बंगाली भाषाओं में प्रकाशित

वर्ष : २४ अंक : ११
मूल्य : ₹ ६
भाषा : हिन्दी (निरंतर अंक : २६९)
प्रकाशन दिनांक : १ मई २०१५
पृष्ठ संख्या : ३२+४ (आवरण पृष्ठ सहित)
वैशाख-ज्येष्ठ वि.सं. २०७२

स्वामी : संत श्री आशारामजी आश्रम
प्रकाशक और मुद्रक :
श्री कौशिकभाई पो. वाणी
सम्पादक : श्री कौशिकभाई पो. वाणी
सहसम्पादक : डॉ. प्रे. खो. मकवाणा, श्रीनिवास
संरक्षक : श्री जमनालाल हलाटवाला
प्रकाशन स्थल : संत श्री आशारामजी आश्रम, मोटेरा, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद -३८०००५ (गुजरात)

सदस्यता शुल्क (डाक खर्च सहित)

भारत में
(१) वार्षिक : ú६०/-
(२) द्विवार्षिक : ú१००/-
(३) पंचवार्षिक: ú२२५/-
(४) आजीवन : ú५००/-

नेपाल, भूटान व पाकिस्तान में (सभी भाषाएँ)
(१) वार्षिक : ú ३००/-
(२) द्विवार्षिक : ú ६००/-
(३) पंचवार्षिक: ú १५००/-

अन्य देशों में
(१) वार्षिक : US $ २०
(२) द्विवार्षिक : US $ ४०
(३) पंचवार्षिक : US $ ८०

ऋषि प्रसाद (अंग्रेजी)

	वार्षिक	द्विवार्षिक	पंचवार्षिक
भारत में	७०	१३५	३२५
अन्य देशों में	US $ 20	US $ 40	US $ 80

सम्पर्क

'ऋषि प्रसाद', संत श्री आशारामजी आश्रम, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५ (गुज.).
फोन : (०७९) २७५०५०१०-११, ३९८७७७८८.
e-mail: ashramindia@ashram.org
web-site : www.rishiprasad.org
www. ashram.org

इस अंक में

बापूजी ने जीने का सही ढंग सिखाया, जीवन का उद्देश्य समझाया

(गतांक से आगे)

क्षमा-प्रार्थना करके रात्रि को सोयें

पूज्य बापूजी कहते हैं : ''रात्रि को सोते समय और सुबह उठने के बाद अनामिका उँगली से आज्ञाचक्र (भ्रूमध्य) पर रगड़ के ३ मिनट 'ॐ गुरु, ॐ गुरु...' जप करें और गुरु का ध्यान, गुरु से सम्पर्क करें, फिर शशकासन में दोनों हाथ जोड़कर मन-ही-मन क्षमा-प्रार्थना करें : 'हे प्रभु ! हे गुरुदेव !! आज जो अच्छे कर्म हुए हैं वे आपकी करुणा-कृपा से हुए हैं । जो बुरे कर्म हुए हैं वे मेरी बेवकूफी, नादानी से हुए हैं । अब ऐसी कृपा करना कि अच्छे कर्म ही हों, बुरे कर्म न हों । मैं जैसा-तैसा हूँ, आपका हूँ ।' फिर एक हाथ अपने इष्टदेव या सद्गुरु का और एक हाथ अपना मानकर जोर से मिलाओ और मन में बोलो : 'बिन फेरे, हम तेरे...''

रात्रि-शयन भी परमात्मप्राप्ति की साधना

पूज्य बापूजी ने रात्रि-शयन को परमात्मप्राप्ति का साधन बनाने की सचोट साधना बतायी है : ''रात को सोते समय सीधे लेट गये । फिर श्वास अंदर गया तो 'ॐ', बाहर आये तो एक (गिनती) । पैर के नख से लेकर शौच जाने की इन्द्रिय तक आपके शरीर में पृथ्वी तत्त्व की प्रधानता है । शौच-इन्द्रिय के ऊपर से पेशाब की इन्द्रिय के आसपास तक जलीय अंश की प्रधानता है और उससे ऊपर नाभि तक अग्नि देवता की, जठराग्नि की प्रधानता है । नाभि से लेकर हृदय तक वायु देवता की प्रधानता है । इसलिए हृदय, मन वायु की नाईं भागते रहते हैं और हृदय से लेकर कंठ तक आकाश तत्त्व की प्रधानता है ।

रात को जब सोयें तो पृथ्वी को जल में, जल को तेज में, तेज को वायु में और वायु को आकाश में क्रमशः लीन करो । फिर लीन करनेवाला मन बचता है । फिर मन जहाँ से स्फुरित होता है, मन को अपने उस मूल स्थान 'मैं' में लीन करो । 'शांति... शांति...' - ऐसा करते-करते ईश्वरीय सागर में शांति का अभ्यास करते-करते आप सो गये । 'सब परमात्मा में विलय हो गया, अब छः घंटे मेरे को कुछ भी नहीं करना है । पाँच भूतों से बने एक शरीर को मैंने पाँच भूतों में समेटकर अपने-आपको परमात्मा में विलय कर लिया है । अब कोई चिंता नहीं, कुछ कर्तव्य नहीं, कुछ प्राप्तव्य नहीं है, आपाधापी नहीं, संकल्प नहीं । इस समय तो मैं भगवान में हूँ, भगवान मेरे हैं । जैसे तरंग सागर है, ऐसे ही जीव ब्रह्म है । मैं ब्रह्मस्वरूप हूँ, चिदानंद हूँ, चैतन्य हूँ । सोऽहम्... शिवोऽहम्... साक्ष्यहम् (मैं साक्षी हूँ)... द्रष्टाऽहम्... जैसे विभु-व्याप्त ! सभी तरंगों का अधिष्ठान पानी है, ऐसे ही चर-अचर का अधिष्ठान मैं चैतन्य हूँ । ॐ आनंद... ॐ आनंद... ॐ हरि... इस प्रकार पाँच भूतों के विलय की प्रक्रिया से गुजरते हुए, पाँच भूतों को जो सत्ता देता है, उस सत्ता-स्वभाव में मैं शांत हो रहा हूँ ।' इससे समाधि प्राप्त हो जायेगी ।

अुवा तो 'इन पाँचों भूतों को समेटते हुए मैं साक्षी ब्रह्म में विश्राम कर रहा हूँ।' तो साक्षीभाव में आप जाग जायेंगे। अथवा तो इन पाँचों को समेटकर 'सोऽहम्... मैं इन पाँचों भूतों से न्यारा हूँ, आकाश से भी व्यापक ब्रह्म हूँ।' ऐसा करके सोओगे तो यह साधना आपको पराकाष्ठा की पराकाष्ठा पर पहुँचा देगी। बिल्कुल सरल साधना है। शरणागति, भगवद्भाव, साक्षीभाव अथवा ब्रह्मसाक्षात्कार चाहिए - सभीकी सिद्धि इससे होगी।

और सुबह जब उठें तो विचारें, 'कौन उठा ?' जैसे रात को समेटा तो (उसके उलटे क्रम से) सुबह जाग्रत करिये : 'मन जगा, फिर आकाश में आया, आकाश का प्रभाव वायु में आया, वायु का प्रभाव अग्नि में, अग्नि का जल में, जल का पृथ्वी में और सारा व्यवहार चला।' रात को समेटा और सुबह फिर जाग्रत किया, उतर आये। बहुत आसान साधना है और एकदम चमत्कारी फायदा देगी। केवल १८० दिनों में एक दिन भी खाली न जाय; निश्चय कर लो कि 'करनी है, करनी है, बस करनी है!' और आराम से हो सकती है।''

बापूजी ने प्रातः जागरण को साधनामय बनाना सिखाया

हमारी दिनचर्या का प्रारम्भ प्रातः ब्राह्ममुहूर्त में जागरण से होता है। शास्त्रों की आज्ञा है :

ब्राह्मे मुहूर्ते बुध्यते। 'प्रातःकाल ब्राह्ममुहूर्त में उठना चाहिए।'

ब्राह्ममुहूर्त में उठने की महिमा बताते हुए पूज्य बापूजी कहते हैं : ''जो सूर्योदय से पहले (ब्राह्ममुहूर्त में) शय्या त्याग देता है, उसके अंतःकरण में सत्त्व गुण पुष्ट होता है। वह बड़ा तेजस्वी होता है, उसके ओज की रक्षा होती है और बुद्धिशक्ति बढ़ती है।

आध्यात्मिक साधना में आगे बढ़ना है तो सूर्योदय से सवा दो घंटे पहले जब ब्राह्ममुहूर्त शुरू होता है, तब उठो या फिर चाहे एक घंटा पहले उठो।

सुधा सरस वायु बहे, कलरव करत विहंग।
अजब अनोखा जगत में, प्रातःकाल का रंग ॥

जब चन्द्रमा की किरणें शांत हो गयी हों और सूर्य की किरणें अभी धरती पर नहीं पड़ी हों, ऐसी संध्या की वेला में सभी मंत्र जाग्रत अवस्था में रहते हैं। उस समय किया हुआ जप-प्राणायाम अमिट फल देता है। दृढ़ इच्छाशक्ति, रोग मिटाने तथा परमात्मप्राप्ति के लिए ४० दिन का प्रयोग करके देखो। यह अमृतवेला है। जिसे वैज्ञानिक सूर्योदय के पहले के हवामान में ओजोन और ऋण आयनों की विशेष उपस्थिति कहते हैं, इसीको शास्त्रकारों ने सात्त्विक, सामर्थ्यदाता वातावरण कहा है। अतः अमृतवेला का लाभ अवश्य लें। प्रातः ३ से ५ बजे के बीच प्राणायाम करने से बहुत लाभ होते हैं।

ब्राह्ममुहूर्त में सोये पड़े रहने के दुष्परिणाम

जो सूर्योदय से पूर्व नहीं उठता, उसके स्वभाव में तमस छा जाता है। जीवन की शक्तियाँ ह्रास होने का और स्वप्नदोष व पानी पड़ने की तकलीफ होने का समय प्रायः रात्रि के अंतिम प्रहर में ही होता है। अतः प्रातःकाल सूर्योदय से पूर्व उठना चाहिए, जिससे शरीर में रज-वीर्य का ऊर्ध्वगमन हो, बुद्धि प्रखर हो तथा रोगप्रतिकारक शक्ति सुरक्षित रहे।''

ब्राह्ममुहूर्त में उठने का सरल उपाय

बिना किसीकी सहायता के प्रतिदिन ब्राह्ममुहूर्त में उठ जाने के लिए एक छोटी-सी युक्ति पूज्य बापूजी बताते हैं : ''अलार्म घंटी बजा सकता है, पत्नी कम्बल हटा सकती है लेकिन नींद से तुम्हें जगाने का काम तो तुम्हारे सच्चिदानंद परमात्मा ही करते हैं।

(शेष पृष्ठ ३९ पर)

''बापूजी को निर्दोष बरी करना ही पड़ेगा''

जोधपुर में पूज्य बापूजी से मिलने आये सुप्रसिद्ध न्यायविद् डॉ. सुब्रमण्यम स्वामी ने पत्रकारों से बातचीत में कहा : ''हमें भी विधि और कानून के बारे में ज्ञान है । बापूजी के जोधपुर केस की जो परिस्थिति है उसको मैंने जाना, मुझे बड़ा आश्चर्य हुआ कि जाँच की स्थिति में होते हुए भी बापूजी २० महीने से जेल में हैं । मैं समझता हूँ कि एक प्रकार से यह भारत का रिकॉर्ड है कि ऐसे केस में इतने महीने किसीको जमानत के बिना जेल में रखा गया । दंडित लोगों को भी अपील करने पर जमानत मिली है तो बापूजी को क्यों नहीं ? उनके साथ बहुत बड़ा अन्याय हुआ है । उनका मूलभूत अधिकार बनता है जमानत पर बाहर आने का ।''

जब पत्रकारों द्वारा यह पूछा गया कि क्या बापूजी को षड्यंत्र के तहत फँसाया गया है तो उन्होंने कहा : ''कुल मिलाकर सारी चीजों को देखने से इस विषय में तो मुझे लगता है कि आशारामजी बापू के खिलाफ केस बनता ही नहीं है, इनको निर्दोष बरी करना ही पड़ेगा । जो शुरुआत में एफआईआर हुई थी दिल्ली में, वह तथाकथित घटना के ५ दिन बाद हुई थी । जो सर्वोच्च न्यायालय के निर्णय हैं उनके अनुसार कोई पुलिस स्टेशन ऐसे एफआईआर दर्ज नहीं करता है । इन्होंने (बापूजी ने) डांग क्षेत्र (गुजरात) में वनवासियों की हिन्दू धर्म में वापसी करायी थी और आगे धर्मांतरण होने नहीं दिया । तो सारी धर्मांतरणवाली लॉबी इनके बहुत खिलाफ थी । उन सभीकी इस केस में निश्चित भूमिका है । जिस प्रकार से दिल्ली में जीरो एफआईआर दर्ज हुई और फिर बाद में (तत्कालीन) राजस्थान सरकार ने जो दिलचस्पी दिखायी, उससे तो लगता है कि ऊपर से जरूर इशारा था । नयी धाराएँ लगाकर केस बनाया और गिरफ्तार किया था । यह बड़ा आश्चर्य है परंतु यह सब ट्रायल का विषय है । गिरफ्तारी के जो आधार हैं, उनमें मैंने ऐसा कुछ स्पष्ट देखा नहीं । मेडिकल रिपोर्ट कोई सपोर्ट नहीं करती है, केवल एक लड़की के आरोप पर एक संत को आपने बंद किया है । टेकनिकली (विधि-अनुसार) केस बनता नहीं है । केस को लम्बा खींच रहे हैं दुनियाभर में बापूजी को बदनाम करने के लिए । बापूजी को २० महीनों के बाद भी जमानत क्यों नहीं दी गयी है ? सर्वोच्च न्यायालय ने कई बार कहा है कि 'बेल इज द रूल एंड जेल इज द एक्सेप्शन' (जमानत नियम है और जेल अपवाद) । जो शर्तें सर्वोच्च न्यायालय ने रखी थीं बापूजी की जमानत के लिए, वे पूरी हो गयी हैं । सब जाँच हो गयी है, अब उनको जेल में रहने का कोई कारण नहीं है, न्यायालय को जमानत देनी चाहिए ।''

बापूजी पर लगे आरोपों के बारे में सवाल किये जाने पर सुब्रमण्यम स्वामी बोले : ''आरोप तो हजार लगते हैं, सब पर लगते हैं । आरोप लगाना बहुत आसान है । सवाल है कि आधार क्या है ? और उस आधार के अनुसार मैं कह सकता हूँ कि इस केस में कोई दम नहीं है ।

बापूजी एक संत हैं, इनका बड़ा व्यापक भक्त-समुदाय है सारी दुनिया में । उनको बदनाम करना... बड़ी गम्भीरता से विचारना चाहिए । जहाँ मुझे लगता है कि अन्याय हुआ है, वहाँ मैं लड़ूँगा ।''

पत्रकार द्वारा यह पूछने पर कि ''क्या आशारामजी बापू के साथ अन्याय हुआ है ?'' वे बोले : ''बिल्कुल । केवल एक लड़की के आरोप हैं, कोई प्रूफ नहीं है । सारी बातें बनावटी हैं । तो इनको बेल क्यों नहीं दी २० महीने से ? और ७५ साल के हैं !''

यह केस भी उसी षड्यंत्र की एक कड़ी है

– श्री उदय सांगाणी

जोधपुर सत्र न्यायालय में १३, १५, १६ व १७ अप्रैल को श्री उदय सांगाणी के बयान हुए। इन्होंने पूज्य बापूजी के ऊपर हो रहे षड्यंत्र की सच्चाई न्यायालय के सामने रखी और समाज व देश के कल्याण के लिए बापूजी द्वारा दिये गये योगदान के बारे में बताया। बयान के मुख्य अंश :

* पिछले ५० वर्षों से पूज्य बापूजी द्वारा समाजोत्थान हेतु अनेकानेक कार्यक्रम चलाये जा रहे हैं। जगह-जगह पर सत्संग होते हैं और उनमें बापूजी लोगों से नशा छुड़वाते हैं। पूज्य बापूजी से प्रेरित होकर लाखों लोगों ने बीड़ी, तम्बाकू, सिगरेट, शराब आदि छोड़ दिये। यहाँ तक कि बापूजी सत्संग में चाय एवं कोल्ड ड्रिंक्स से होनेवाले नुकसान भी बताते हैं, जिससे लोगों ने चाय व कोल्ड ड्रिंक्स भी पीना छोड़ दिया है।

* आदिवासी क्षेत्रों में समय-समय पर भंडारे होते हैं। उनको अन्न, वस्त्र तथा अन्य जीवनोपयोगी चीजें दी जाती हैं। कइयों को मकान भी बनवा के दिये गये हैं।

* पिछड़े क्षेत्रों में जहाँ धर्मांतरण होता था, वहाँ जाकर बापूजी ने लोगों को जागृत किया और बापूजी की प्रेरणा से हजारों लोगों ने फिर से हिन्दू धर्म अपनाया है, इसीलिए धर्मांतरणवाले लोग बापूजी से ईर्ष्या करते हैं।

* आश्रम द्वारा देशभर में अनेक गौशालाएँ चलायी जा रही हैं। इनमें कत्लखाने ले जाने से बचायी गयी हजारों गायों का भी पालन-पोषण व रक्षण किया जा रहा है। यहाँ हजारों दूध न देनेवाली और बीमार गायें भी पोषित होती हैं।

* पूज्य बापूजी हमेशा से अपने सत्संगों में कन्या भ्रूणहत्या एवं समस्त भ्रूणहत्या को रोकने के बारे में जोर देते रहे हैं। बापूजी द्वारा नारी सशक्तीकरण के लिए 'महिला उत्थान मंडलों' की स्थापना की गयी है, जिनके माध्यम से महिलाओं की जागृति व उत्थान के विभिन्न प्रकल्प सतत चलाये जाते हैं।

* १४ फरवरी को वेलेंटाइन डे की जगह 'मातृ-पितृ पूजन दिवस' मनाने की प्रेरणा बापूजी ने दी, जिसे हर जगह पर मनाया जा रहा है और राष्ट्रपति, केन्द्रीय मंत्रियों, मुख्यमंत्रियों, राज्यपालों इत्यादि ने इसकी भूरि-भूरि प्रशंसा की है। छत्तीसगढ़ के मुख्यमंत्री श्री रमन सिंहजी ने अपने राज्य के हर शासकीय विद्यालय में इसे मनाना अनिवार्य घोषित किया है।

* अनेक प्रधानमंत्री (पूर्व प्रधानमंत्री स्व. श्री गुलजारीलाल नंदा, श्री चन्द्रशेखर, श्री अटल बिहारी वाजपेयी, श्री एच.डी. देवेगौड़ा तथा वर्तमान प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी) पूज्य बापूजी के सत्संग से लाभान्वित हुए हैं। पूर्व राष्ट्रपति श्रीमती प्रतिभा पाटील एवं डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम ने भी आश्रम के सेवाकार्यों की प्रशंसा की है।

* वर्ष २००८ में अहमदाबाद गुरुकुल के दो बच्चों की पानी में डूबने से आकस्मिक मृत्यु हुई थी। उस समय ऐसी अफवाह फैलायी गयी थी कि उन बच्चों की तांत्रिक विधि से हत्या की गयी है। मीडिया में भी इस केस को बहुत उछाला गया था। उस समय से ही आश्रम एवं बापूजी के विरुद्ध षड्यंत्र किये जा रहे हैं।

(शेष पृष्ठ ३९ पर)

ईश्वर क्या है ?... एक रहस्यमय खोज

'ईश्वर क्या है ?' - टेहरी राजवंश के १५-१६ वर्षीय राजकुमार के हृदय में यह प्रश्न उठा। वह स्वामी रामतीर्थ के चरणों में पहुँचा और प्रणाम करके पूछा : ''स्वामीजी ! ईश्वर क्या है ?''

उसकी प्रबल जिज्ञासा को देखकर रामतीर्थजी ने कहा : ''अपना परिचय लिखकर दो।''

उसने लिखा, 'मैं अमुक राजा का पुत्र हूँ और अमुक मेरा नाम है।'

रामतीर्थजी ने पत्र देखा और कहा : ''अरे राजकुमार ! तुम नहीं जानते कि तुम कौन हो । तुम उस निरक्षर, अनाड़ी आदमी की तरह हो, जो तुम्हारे पिता अर्थात् राजा से मिलना तो चाहता है पर अपना नाम तक नहीं लिख सकता । क्या राजा उससे मिलेगा ? अतः तुम अपना नाम ठीक से बताओ, तब ईश्वर तुमसे मिलेगा।''

लड़के ने कुछ देर चिंतन करके कहा : ''अब मैं समझा। मैंने केवल शरीर का पता बताया। मैं मन हूँ। क्या वास्तव में ऐसा ही है ?''

''अच्छा कुमार ! यदि यह बात सही है तो बताओ कि आज सवेरे तुमने जो भोजन किया था, वह तुम्हारे शरीर में कहाँ रखा है ?''

''जी, मेरी बुद्धि वहाँ तक नहीं पहुँचती और मेरा मन इसकी धारणा नहीं कर सकता।''

''प्यारे कुमार ! तुम्हारी बातों से सिद्ध होता है कि तुम मन, बुद्धि नहीं हो । तो तुम खूब विचारो, तब मुझे बताओ कि तुम क्या हो ? उसी समय ईश्वर तुम तक आ जायेगा।''

खूब मनन कर लड़का बोला : ''मेरा मन, मेरी बुद्धि वहाँ तक जाने में जवाब दे देते हैं।''

''अब तक तुम्हारी बुद्धि जहाँ तक पहुँची है, उस पर विचार करो कि 'मैं शरीर नहीं हूँ, मैं मन नहीं हूँ, मैं बुद्धि नहीं हूँ।' यदि ऐसा है तो इसकी अनुभूति करो । अमल में लाओ । यदि तुम सत्य का केवल इतना अंश भी व्यवहार में लाना सीख जाते हो तो तुम्हारी समस्त शोक-चिंताएँ समाप्त हो जायेंगी।'' बालक को यह जताने में रामतीर्थजी द्वारा कुछ उपदेश दिया गया कि वह स्वयं क्या है।

इसके बाद रामतीर्थजी द्वारा दिनभर में किये गये कार्यों का विवरण पूछने पर राजकुमार ने अपने जागने, स्नान व भोजन करने, पढ़ने एवं चिट्ठियाँ लिखने आदि का ब्यौरा बताया । रामतीर्थजी : ''राजकुमार ! इन छोटे-छोटे कार्यों के अतिरिक्त तुमने अगणित कर्म और किये हैं।''

राजकुमार किंकर्तव्यविमूढ़ होकर उनकी बात पर मनन करने लगा।

रामतीर्थजी : ''तुम भोजन करते हो, उसे आमाशय में पहुँचाते हो, उसका रस बनाते हो, रक्त, मांस, मज्जा बनाते हो, हृदयगति चलाते हो, शरीर की शिरा-शिरा में रक्त का संचार करते हो। तुम्हीं बाल उगाते हो, शरीर के प्रत्येक अंग को पुष्ट करते हो। अब ध्यान दो कि कितने कार्य, कितनी क्रियाएँ तुम प्रत्येक

क्षण करते रहते हो।''

लड़का बारम्बार सोचने लगा और बोला : ''महाराजजी ! वस्तुतः इस शरीर में हजारों क्रियाएँ एक साथ हो रही हैं, जिन्हें बुद्धि नहीं जानती, मन जिनसे बेखबर है और फिर भी वे सब क्रियाएँ हो रही हैं। इन सबका कारण अवश्य मैं ही हो सकता हूँ। इन सबका कर्ता मैं ही हूँ। अतः मेरा यह कथन सर्वथा गलत था कि मैंने कुछ ही काम किये हैं।''

रामतीर्थजी ने शरीर में इच्छा और अनिच्छा से होनेवाले कार्यों के बारे में समझाते हुए कहा : ''लोग यह भयंकर भूल करते हैं कि केवल उन्हीं कार्यों को अपने किये हुए मानते हैं जो मन अथवा बुद्धि के माध्यम से होते हैं और उन सब कार्यों को अस्वीकार कर देते हैं जो मन अथवा बुद्धि के माध्यम के बिना सीधे-सीधे हो रहे हैं। इस भूल तथा लापरवाही से वे अपने शुद्ध स्वरूप को मन के बंदीगृह में बंदी बना लेते हैं। इस प्रकार वे असीम को ससीम और परिच्छिन्न (= सीमित) बनाकर दुःख भोगते हैं। ईश्वर तुम्हारे भीतर है और वह ईश्वर तुम स्वयं हो।

तुम जाग्रत, स्वप्न, सुषुप्ति तीनों अवस्थाओं के साक्षी हो। तुम सर्वत्र विराजमान हो। तुम्हारी शक्ति सर्वव्यापिनी है। वही सितारों को चमका रही है, वही तुम्हारी आँखों में देखने की शक्ति दे रही है, वही नदियों को प्रवाहित कर रही है, वही ब्रह्मांडों को क्षण-प्रतिक्षण बना-बिगाड़ रही है। क्या तुम वह शक्ति नहीं हो ? सचमुच तुम वही शक्ति हो, वही चैतन्य हो जो मन-बुद्धि से परे है, जो सम्पूर्ण विश्व का शासन कर रहा है। वही आत्मदेव तुम हो, वही अज्ञेय, वही तेज, तत्त्व, शक्ति, जो जी चाहे कह लो, वही सर्वरूप जो सर्वत्र विद्यमान है, वही तुम हो।'' इस प्रकार स्वामी रामतीर्थ ने बालक को आत्मानुभव की झलक चखा दी और वह उनके मार्गदर्शन अनुसार आत्मानुसंधान कर आत्मस्वरूप में स्थित हुआ, ज्ञातज्ञेय हो गया।

राजकुमार : ''मैंने सवाल किया था कि ईश्वर क्या है ? और मुझे पता लग गया कि मेरा अपना आपा ही ईश्वर है। मैंने कैसा बेहूदा प्रश्न किया था। मुझे अपने को ही जानना था। मेरे जानने से ईश्वर का पता लग गया।''

'ईश्वर क्या है ?', 'मैं कौन हूँ ?' - ये प्रश्न बहुत सरल लगते हैं लेकिन इनका जवाब पाने की जिज्ञासा जिनके हृदय में जागती है, उनके माता-पिता धन्य हैं, कुल-गोत्र धन्य है। धन्या माता पिता धन्यो... ऐसे लोग बहुत कम होते हैं। जिन्हें इसका जवाब पाये बिना चैन नहीं आता, ऐसे तो कोई-कोई विरले होते हैं और ऐसे सच्चे जिज्ञासु को ईश्वर-तत्त्व का अनुभव किये हुए किन्हीं महापुरुष की शरण मिल जाय तो फिर इस खोज को पूर्ण होने में बहुत देर नहीं लगती।

भगवान श्रीरामजी के गुरुदेव वसिष्ठजी महाराज कहते हैं : ''हे रामजी ! ज्ञान समझना मात्र है, कुछ यत्न नहीं। संतों के पास जाकर प्रश्न करना कि 'मैं कौन हूँ ? जगत क्या है ? जीव क्या है ? परमात्मा क्या है ? संसार-बंधन क्या है ? और इससे तरकर कैसे परम पद को प्राप्त होऊँ ?' फिर ज्ञानवान जो उपदेश करें, उसके अभ्यास से आत्मपद को प्राप्त होगा, अन्यथा न होगा।''

पूज्य बापूजी यह युक्ति बताते हुए कहते हैं : ''तुम अपने-आपसे पूछो : 'मैं कौन हूँ ?' खाओ, पियो, चलो, घूमो, फिर पूछो : 'मैं कौन हूँ ?'

'मैं रमणलाल हूँ।'

यह तो तुम्हारी देह का नाम है। तुम कौन हो ? अपने को पूछा करो। जितनी गहराई से पूछोगे, उतना दिव्य अनुभव होने लगेगा। एकांत में, शांत वातावरण में बैठकर ऐसा पूछो... ऐसा पूछो कि बस, पूछना ही हो जाओ। लगे रहो। खूब अभ्यास करोगे तब 'मैं कौन हूँ ? ईश्वर क्या है ?' यह प्रकट होने लगेगा और मन

(शेष पृष्ठ ११ पर)

भक्तों की अटूट श्रद्धा के पीछे क्या है राज ?

पूज्य बापूजी निर्दोष होने के बावजूद पिछले २० महीनों से जोधपुर कारागृह में हैं । ऐसे में आँखों में गुरुदेव की एक झलक पाने की आस और हृदय में गुरुप्रेम का सागर लिये, अनेक प्रतिकूलताएँ सहते हुए भी घंटों इंतजार करते साधकों की दृढ़ श्रद्धा और अटूट निष्ठा को देखकर नास्तिक व्यक्ति भी सोचने को मजबूर हो जाते हैं कि 'आखिर इन भक्तों की श्रद्धा के पीछे क्या राज है ?' गुरुदेव के सत्संग-सान्निध्य से भक्तों के जीवन में आये सकारात्मक परिवर्तनों को तो तटस्थ होकर कोई व्यक्ति थोड़ा समझ भी सकता है लेकिन भक्ति, ज्ञान और आनंद का जो खजाना भक्तों को मिला है, वह तो लाबयान है।

भक्तों को देखकर पूज्यश्री का भक्तवत्सल हृदय उमड़ पड़ता है, पूज्यश्री हाथ उठाकर भक्तों का प्रणाम स्वीकार करते हैं, आशीर्वाद देते हैं और उनके लिए संदेश भी देते हैं।

पूज्य बापूजी की मीडिया से हुई बातचीत के कुछ अंश

पत्रकार : ''आपके अच्छे दिन कब तक आयेंगे ?''

पूज्यश्री : ''अच्छे दिन तो हमारे रोज ही हैं, सदा हैं । मेरा बुरा दिन कभी हुआ ही नहीं । समझ गये ?

पूरे हैं वे मर्द जो हर हाल में खुश हैं।

शरीर के गरम-नरम दिन आते रहते हैं । मेरे दिन कभी बुरे होते ही नहीं, जब से गुरुदीक्षा ली है।''

अवतरण दिवस के निमित्त संदेश

(६, ७ व ८ अप्रैल २०१५)

पत्रकार : ''इस बार जन्मदिन पर किस तरह का कार्यक्रम करने की इच्छा है ?''

पूज्यश्री : ''अभी तो देशभर में नहीं, विश्वभर में गरीबों की सेवा का कार्यक्रम जन्मदिवस के निमित्त चलता है, चलाते रहना । देर-सवेर मुलाकात हो जायेगी। १६७ देशों में गरीबों की सेवा करना, हमारी चिंता नहीं करना । आप लोग भी खुश रहो, मीडियावाले भी खुश रहें।''

पत्रकार : ''बापू ! सफाई अभियान को ले के क्या कहना है ?''

पूज्यश्री : ''सफाई अभियान बहुत सुंदर है। मैंने

भक्तों को बोला है, सब जगह करेंगे । बाहर की भी सफाई हो, विचारों की भी सफाई हो । सहानुभूति, सज्जनता, सद्भाव का माहौल हो । १६७ देशों में जन्मदिवस मनाने के निमित्त लोग सदाचार और भाईचारे का संदेश देते हैं । मैं शरीर का जन्मदिवस मनाना नहीं चाहता था लेकिन लोगों ने सेवाकार्य किया तो फिर मैं सहमत हो गया ।''

पत्रकार : ''आप भी जेल में सफाई करेंगे क्या बापू ?''

पूज्यश्री : ''अरे, हम तो रोज सफाई करते हैं । जेल में ऐसे पेड़-पौधे लगाये हैं कि आनेवाले, देखनेवाले दंग रह जाते हैं । जेल में लगाये हैं, हॉस्पिटल की तरफ लगाये हैं । मैं सेवा के बिना रह नहीं सकता हूँ ।''

पत्रकार : ''बापू ! भक्तों को कोई संदेश जन्मदिन पर ?''

पूज्यश्री : ''हाँ, भक्तों को संदेश है, धीरज सबका मित्र है । जितना जुल्म सह गये महापुरुष, उतना ही समाज ने उनको पहचाना । आद्य शंकराचार्यजी ने सहा, कबीरजी ने, महात्मा बुद्ध ने, विवेकानंदजी ने सहा... हमारे साथ भी हो रहा है । धीरज रखना । सबका भला हो ।''

सामाजिक व्यवस्था को तहस-नहस करने का षड्यंत्र

पूज्य बापूजी की प्रेरणा से देश-विदेश में हजारों बाल संस्कार केन्द्र निःशुल्क चल रहे हैं । कत्लखाने ले जाने से बचायी गयीं हजारों गायों की सेवा की जा रही है । गरीबों-आदिवासियों के जीवन को उन्नत बनाने के लिए 'भजन करो, भोजन करो, रोजी पाओ' जैसी योजनाएँ चल रही हैं । पूज्य बापूजी के सम्पर्क में आने से असंख्य लोगों की शराब-कबाब आदि बुरी आदतें छूट गयीं । कितने लोग नशे के पाश से छूट गये और कितने परिवार टूटने से बच गये ! पूज्य बापूजी द्वारा चलायी जा रहीं इन सेवाप्रवृत्तियों में रुकावट डालने से नुकसान किसको है ? समाज को ही न ! जिन महापुरुष का हर पल समाज के हितचिंतन में जाता है, उनके समय की बरबादी समाज की हानि नहीं तो किसकी है ? देश के नौनिहालों और युवाओं को, जो पाश्चात्य अंधानुकरण से प्रभावित होकर अपनी संस्कृति से विमुख हो रहे थे, उन्हें उत्तम संस्कार और सही दिशा बापूजी ने दी है, क्या यह सब टीका-टिप्पणी करनेवाले कर सकते हैं ? क्या मीडिया या अन्य कोई समाज के इस नुकसान का भुगतान कर सकता है ? कभी नहीं ।

(अक्टूबर २०१४ अंक २६२ से)

(पृष्ठ ८ 'ईश्वर क्या है?...'का शेष) की चंचलता मिटने लगेगी, बुद्धि के विकार नष्ट होने लगेंगे तथा शरीर के व्यर्थ के विकार शांत होने लगेंगे । यदि ईमानदारी से साधना करने लगो न, तो छः महीने में वहाँ पहुँच जाओगे जहाँ छः साल से चला हुआ व्यक्ति भी नहीं पहुँच पाता है । तत्त्वज्ञान हवाई जहाज की यात्रा है ।''

महापुरुषों के सत्संग का जीवन में जितना आदर होता है, जितनी 'ईश्वर क्या है ? मैं कौन हूँ ?' यह जानने की जिज्ञासा तीव्र होती है, उतनी महापुरुषों की कृपा शीघ्र पचती है और जीव चौरासी लाख योनियों की भटकान से बचकर अपने ईश्वरत्व का, अपने ब्रह्मत्व का साक्षात्कार कर लेता है ।

बच्चों पर तो वे जल्दी खुश होते हैं । तुम भी भगवान के साथ सेवक-स्वामी, सखा-भैया के भाव से कोई भी संबंध जोड़कर प्रेम से उन्हें पुकारोगे तो तुम्हारे हृदय में भी आनंद प्रकट हो जायेगा ।

बच्चों पर तो वे जल्दी खुश होते हैं

- पूज्य बापूजी

मोहन के पिता का बचपन में ही स्वर्गवास हो गया था । गरीब ब्राह्मणी ने अपने इकलौते बेटे को गाँव से ५ मील दूर गुरुकुल में प्रवेश करवाया । गुरुकुल जाते समय बीच में जंगल का रास्ता पड़ता था । एक दिन घर लौटने में मोहन को देर हो गयी । भयानक जानवरों की आवाजें आने लगीं - कहीं चीता, कहीं शेर तो कहीं सियार... मोहन थर-थर काँपने लगा । वह जैसे-तैसे करके जंगल से बाहर निकला । उसकी माँ राह देख रही थी । माँ ने कहा : ''बेटा ! क्यों डरता है ?''

मोहन : ''माँ ! अँधेरा हो गया था । हिंसक प्राणियों की भयानक आवाजें आ रही थीं इसलिए बड़ा डर लगता था । भगवान का नाम लेता-लेता मैं किसी तरह भाग आया ।''

''तू अपने बड़े भाई को बुला लेता ।''

''माँ ! मेरा कोई भाई भी है क्या ?''

''हाँ-हाँ बेटा !''

''कहाँ है ?''

''जहाँ से बुलाओ, वहीं आ जाता है ।''

''मेरे भाई का नाम क्या है माँ ?''

''बेटा ! तेरे भाई का नाम है गोपाल । परंतु कोई उसको गोपाल बोलता है, कोई गोविंद, कोई कृष्ण तो कोई केशव... । जब भी डर लगे तब तू 'गोपाल भैया ! गोपाल भैया !...' करके उसको पुकारना तो वह आ जायेगा ।''

दूसरे दिन भी गुरुकुल से लौटते समय देर हो गयी तो जंगल में मोहन को डर लगा । उसने पुकारा : ''गोपाल भैया ! गोपाल भैया ! आ जाओ न, मुझे बड़ा डर लग रहा है... ।''

इतने में मोहन को बड़ा ही मधुर स्वर सुनायी दिया : ''भैया ! तू डर मत । मैं यह आया ।''

गोपाल भैया का हाथ पकड़कर मोहन निडर होकर चलने लगा । जंगल की सीमा तक मोहन को लौटाकर गोपाल लौटने लगा ।

मोहन : ''गोपाल भैया ! घर चलो ।''

गोपाल : ''नहीं भैया ! मुझे और भी काम हैं ।''

घर जाकर मोहन ने माँ को सारी बात बतायी । माँ समझ गयी कि जो दयामय प्रभु द्रौपदी और गजेन्द्र की पुकार पर दौड़ पड़े थे, मेरे भोले, निर्दोष और दृढ़ श्रद्धावाले बालक की पुकार पर भी वे ही आये थे ।

अब मोहन वन में पहुँचते ही गोपाल भैया को पुकारता और वे झट आ जाते । एक दिन गुरुकुल में सारे बच्चे और कुछ शिक्षक उपस्थित हुए । गुरुजी के यहाँ दूसरे दिन श्राद्ध था । कौन बच्चा इस निमित्त क्या लायेगा - इस पर बातचीत हो रही थी । किसीने कहा : ''मैं शक्कर लाऊँगा ।''

किसीने कहा : ''चावल लाऊँगा ।''

किसीने कहा : ''चारोली और इलायची लाऊँगा ।''

मोहन गरीब था, फिर भी उसने कहा : ''गुरुजी ! गुरुजी ! मैं दूध लाऊँगा ।''

मोहन ने घर जाकर गुरुजी के यहाँ श्राद्ध की बात बतायी और कहा : ''माँ ! मुझे भी एक लोटा दूध ले जाना है ।''

गरीब माँ कहाँ से दूध लाती ? माँ ने कहा : ''बेटा ! जब गुरुकुल जायेगा न, तो गोपाल भैया से दूध माँग लेना, वे ले आयेंगे ।''

दूसरे दिन मोहन ने जंगल में जाते ही गोपाल भैया को पुकारा और कहा : ''आज मेरे गुरुजी के पिता का श्राद्ध है । मुझे एक लोटा दूध ले जाना है । माँ ने कहा है कि गोपाल भैया से माँग लेना ।''

गोपाल ने मोहन के हाथ में दूध से भरा लोटा दे दिया ।

मोहन लोटा लेकर गुरुकुल पहुँचा और बोला : ''गुरुजी ! गुरुजी ! गोपाल भैया ने दूध भेजा है ।''

गुरुजी व्यस्त थे, सामने तक न देखा । उन्हें पता था कि गरीब मोहन क्या लाया होगा ।

मोहन ने फिर से कहा तो गुरुजी बोले : ''बैठ अभी ।''

थोड़ी देर बाद फिर मोहन बोला : ''गुरुजी ! दूध लाया हूँ । गोपाल भैया ने दिया है ।''

गुरुजी ने कहा : ''सेवक ! ले जा । जरा-सा दूध लाया है और सिर खपा दिया । जा, इसका लोटा खाली कर दे ।''

सेवक लोटा ले गया । खाली बर्तन में दूध डाला । बर्तन भर गया । दूसरे बर्तन में डाला, दूसरा बर्तन भी भर गया । जितने बर्तनों में दूध डालता बर्तन भर जाते पर लोटा खाली न होता । सेवक चौंका । उसने जाकर गुरुजी को बताया ।

गुरुजी : ''कहाँ से लाया है यह अक्षयपात्र ?''

मोहन : ''एक मेरे गोपाल भैया हैं, उनसे माँगकर लाया हूँ । मेरी पुकार सुनते ही वे आ जाते हैं ।''

''तेरी आवाज सुनकर तेरे गोपाल भैया कैसे आ जाते हैं ?''

''मेरी माँ ने बताया था कि कोई यदि प्रेम से और विश्वास से उसको पुकारे, ध्यान करे तो वह प्रकट हो जाता है ।'' उसने प्रारम्भ से सारी घटना बतायी ।

गुरुजी ने मोहन को प्रणाम किया और कहा : ''मोहन ! मुझे भी ले चल, अपने गोपाल भैया के दर्शन करा ।''

(शेष पृष्ठ १६ पर)

देशवासियों को क्रांतिकारी रामप्रसाद बिस्मिल का संदेश

(सुप्रसिद्ध क्रांतिकारी श्री रामप्रसाद बिस्मिलजी की आत्मकथा में से क्रमशः)

ब्रह्मचर्य-पालन के लिए आवश्यक बातें

प्रत्येक विद्यार्थी या नवयुवक, जो ब्रह्मचर्य-पालन की इच्छा रखता है, उसके लिए उचित है कि वह अपनी दिनचर्या निश्चित करे। खान-पान का विशेष ध्यान रखे । महात्माओं (संत-महापुरुषों) के जीवन-चरित्र तथा चरित्र-संगठन संबंधी पुस्तकों का अध्ययन करे । प्रेमालाप तथा उपन्यासों में समय नष्ट न करे। खाली समय अकेला न बैठे। जिस समय कोई बुरे विचार उत्पन्न हों तुरंत शीतल जल पीकर घूमने लगे या किसी अपने से बड़े के पास जाकर बातचीत (या ईश्वरचर्चा) करने लगे। अश्लील गजलों, शेरों तथा गानों को न पढ़े और न सुने। (अश्लील चलचित्र एवं वेबसाइट न देखे।) स्त्रियों के दर्शन से बचता रहे। (हो सके तो) माता, बहन और पुत्री से भी एकांत में न मिले। सुंदर सहपाठियों या अन्य विद्यार्थियों को स्पर्श तथा आलिंगन की भी आदत न डाले।

विद्यार्थी प्रातःकाल ३ या ४ बजे उठकर कुल्ला करके पानी पिये। प्रातःकाल सूर्योदय होने से कम-से-कम एक घंटा पहले शौचादि से निवृत्त हो व्यायाम करे या वायु-सेवनार्थ बाहर मैदान में जाय। स्नान से निवृत्त होकर सूर्योदय के ५-१० मिनट पूर्व परमात्मा का ध्यान करे । उपासना के पश्चात् थोड़ा-सा जलपान करे। कोई फल, मेवा, दूध अथवा गेहूँ का दलिया रुचि अनुसार मीठा या नमक डालकर खाये फिर अध्ययन करे। सुबह १०-११ बजे के मध्य भोजन कर ले । भोजन में मांस, मछली, चरपरे, खट्टे, गरिष्ठ, बासी तथा उत्तेजक पदार्थों का त्याग करे। प्याज, लहसुन, लाल मिर्च, आम आदि की खटाई और अधिक मसालेदार भोजन कभी न खाये । सात्त्विक भोजन करे । शुष्क (जलरहित या कम जलवाला) भोजन का भी त्याग करे। भोजन खूब चबा-चबाकर करे। अधिक गरम या अधिक ठंडा भोजन भी वर्जित है।

स्कूल या कॉलेज से आकर थोड़ा आराम करे, पढ़ाई का कार्य करके खेलने जाय। मैदान में थोड़ा घूमे भी। घूमने के लिए चौक, बाजार की गंदी हवा में जाना ठीक नहीं। स्वच्छ वायु का सेवन करे। शाम को भी शौच अवश्य जाय। फिर ध्यान करके हलका भोजन ले। स्वप्नदोषादि व्याधियाँ केवल पेट के भारी होने से ही होती हैं। जिस दिन भोजन भलीभाँति नहीं पचता, उसी दिन विकार हो जाता है या मानसिक भावनाओं की अशुद्धता से निद्रा ठीक न आकर स्वप्नावस्था में वीर्यपात हो जाता है। सदैव खुली हवा में सोना चाहिए। बहुत मुलायम और चिकने बिस्तर पर न सोये। जहाँ तक हो सके लकड़ी के तख्ते या जमीन पर कम्बल या मोटे कपड़े की चद्दर बिछाकर सोये । ९ या १० बजे सो जाय। अपने कमरे में महात्माओं और वीरों के चित्र रखने चाहिए।

जिन विद्यार्थियों को बाल्यावस्था में नशे की लत पड़ जाती है या जो बुरी संगत में पड़कर अपना आचरण बिगाड़ लेते हैं और फिर अच्छी शिक्षा पाने पर आचरण सुधारने का प्रयत्न करते हैं परंतु मनोरथ सफल नहीं होते, उन्हें भी निराश नहीं होना चाहिए। मानसिक भावों को शुद्ध रखते हुए अंतःकरण को उच्च विचारों में बलपूर्वक संलग्न करने का अभ्यास करने से अवश्य सफलता मिलेगी। (समाप्त)

प्रार्थना की अथाह शक्ति

- पूज्य बापूजी

सच्चे हृदय की पुकार को वह हृदयस्थ परमेश्वर जरूर सुनता है, फिर पुकार चाहे किसी मानव ने की हो या किसी प्राणी की हो। गज की पुकार को सुनकर स्वयं प्रभु ही ग्राह से उसकी रक्षा करने के लिए वैकुंठ से दौड़ पड़े थे, यह तो सभी जानते हैं।

एक कथा आती है, एक पपीहा पेड़ पर बैठा था। वहाँ उसे बैठा देखकर एक शिकारी ने धनुष पर बाण चढ़ाया। आकाश से एक बाज पक्षी भी उस पपीहे को ताक रहा था। अब पपीहा क्या करता ?

कोई और चारा न देखकर पपीहे ने प्रभु से प्रार्थना की : 'हे प्रभु ! तू सर्वसमर्थ है। इधर शिकारी है, उधर बाज है। अब तेरे सिवा मेरा कोई नहीं। हे प्रभु ! तू ही रक्षा कर...'

जब अपने बल का अभिमान छूट जाता है और भगवान की समर्थता हृदय में सुदृढ़ होती है तो की हुई प्रार्थना भगवान स्वीकार कर लेते हैं। एक ही प्रार्थना ९ बार की जाय तो उनमें से एक बार तो जरूर फल जाती है। प्रार्थना में शब्द कैसे हैं उसका महत्त्व नहीं है, आर्तभाव से प्रार्थना करके शांत हो जायें।

पपीहा प्रार्थना में तल्लीन हो गया। वृक्ष के पास बिल में से एक साँप निकला। उसने शिकारी को दंश मारा। शिकारी का निशाना हिल गया। हाथ में से बाण छूटा और आकाश में जो बाज मँडरा रहा था, उसे जाकर लगा। शिकारी के बाण से बाज मर गया और साँप के काटने से शिकारी मर गया। पपीहा बच गया।

इस सृष्टि का कोई मालिक नहीं है - ऐसी बात नहीं है। यह सृष्टि समर्थ संचालक की सत्ता से चलती है।

१९७० की एक घटना अमेरिका के विज्ञान-जगत में चिरस्मरणीय रहेगी।

अमेरिका ने ११ अप्रैल, १९७० को अपोलो-१३ नामक अंतरिक्षयान चन्द्रमा पर भेजा। २ दिन बाद पृथ्वी से २ लाख मील की दूरी पर, चन्द्रमा पर पहुँचने के पहले ही उसके प्रथम यूनिट (कमांड मोड्यूल) की ऑक्सीजन की टंकी में अचानक विस्फोट हुआ, जिससे उस यूनिट में ऑक्सीजन खत्म हो गयी और विद्युत आपूर्ति बंद हो गयी।

उस यूनिट के तीनों अंतरिक्षयात्री कमांड मोड्यूल यूनिट की सब प्रणालियाँ बंद कर एक्वेरियस (ल्युनार मोड्यूल) यूनिट में चले गये। परंतु पृथ्वी के गुरुत्वाकर्षण क्षेत्र में प्रविष्ट होकर पुनः पृथ्वी पर वापस लौटने में उसका सफल उपयोग कर पाने की सम्भावनाएँ कम थीं। साथ ही ल्युनार मोड्यूल यूनिट दो व्यक्तियों को दो दिन तक सँभालने की क्षमता के हिसाब से बनाया गया था। परंतु यहाँ उसे ४ दिन तक ३ लोगों को सँभालना था। और इतने लम्बे समय तक का भोजन-पानी का संग्रह भी नहीं बचा था। इसके अतिरिक्त इस यूनिट के अंदर बर्फ की तरह जमा दे ऐसा ठंडा वातावरण एवं अत्यधिक कार्बन डाइऑक्साइड थी। जीवन बचने की सम्भावनाएँ बहुत कम थीं।

इस विकट परिस्थिति में सब निःसहाय हो गये। कोई मानवीय ताकत अंतरिक्षयात्रियों को सहायता पहुँचा सके यह सम्भव नहीं था।

देशवासियों ने प्रार्थना की। अंतरिक्षयात्रियों ने ईश्वर के भरोसे पर एक साहस किया। चन्द्र पर अवरोहण करने के लिए ल्युनार मोड्यूल यूनिट के जिस इंजन का उपयोग करना था, उसकी गति एवं दिशा बदलकर

अपोलो-१३ को पृथ्वी की ओर मोड़ दिया । और आश्चर्य ! तमाम जीवनघातक जोखिमों से पार होकर अंतरिक्षयान ने सही-सलामत १७ अप्रैल १९७० के दिन प्रशांत महासागर में सफल अवरोहण किया ।

उन अंतरिक्ष वैज्ञानिकों ने बाद में सभी देशवासियों को समाचार-पत्र के द्वारा कहा : 'ऐसी कठिन परिस्थिति में सुरक्षित लौटने के लिए आप सभीने हमारे लिए प्रार्थना की, इसके लिए आप सभीको हृदयपूर्वक धन्यवाद है ।'

वह परमात्मा कैसा समर्थ है ! वह कर्तुं अकर्तुं अन्यथा कर्तुं समर्थः... है । असम्भव भी उसके लिए सम्भव है । सृष्टि में चाहे कितनी भी उथल-पुथल मच जाय लेकिन जब वह अदृश्य सत्ता किसीकी रक्षा करना चाहती है तो वातावरण में कैसी भी व्यवस्था करके उसकी रक्षा कर देती है । ऐसे तो कई उदाहरण हैं ।

कितना बल है प्रार्थना में ! कितना बल है उस अदृश्य सत्ता में ! अदृश्य सत्ता कहो, अव्यक्त परमात्मा कहो, एक ही बात है लेकिन वह है जरूर । उसी अव्यक्त, अदृश्य सत्ता का साक्षात्कार करना यही मानव-जीवन का अंतिम लक्ष्य है ।

****

(पृष्ठ १३ से 'बच्चों पर तो वे जल्दी....' का शेष) मोहन : ''चलिये गुरुजी ! जब मैं घर जाऊँगा, तब जंगल के रास्ते में गोपाल भैया को बुलाऊँगा । तब आप भी उन्हें देख लीजिये ।''

श्राद्ध-विधि पूरी होने के बाद गुरुजी मोहन के साथ चले । रास्ते के जंगल में मोहन ने आवाज लगायी : ''गोपाल भैया ! गोपाल भैया ! आ जाओ न !''

मोहन को आवाज सुनाई दी : ''आज तुम अकेले तो हो नहीं, डर तो लगता नहीं, फिर मुझे क्यों बुलाते हो ?''

मोहन : ''डर तो नहीं लगता लेकिन मेरे गुरुजी तुम्हारे दर्शन करना चाहते हैं ।''

गुरुजी : ''मेरे कर्म ऐसे हैं कि मुझे देखकर भगवान नहीं आते । तू दूर जाकर पुकार ।''

मोहन ने दूर जाकर पुकारा । गोपाल भैया दिखे । मोहन ने कहा : ''मेरे गुरुजी को भी दर्शन दो न !''

गोपाल : ''वे मेरा तेज सहन नहीं कर सकेंगे । तेरी माँ तो बचपन से भक्त थी, तू भी बचपन से भक्ति करता है । तुम्हारे गुरुजी ने इतनी भक्ति नहीं की है । उनसे कहो कि 'जो प्रकाश-पुंज दिखेगा, वे ही गोपाल भैया हैं ।' जाओ, गुरुजी को मेरे प्रकाश का दर्शन हो जायेगा, उसीसे उनका कल्याण हो जायेगा ।''

मोहन ने आकर कहा : ''देखिये गुरुजी ! गोपाल भैया खड़े हैं ।''

गुरुजी : ''मेरे को नहीं दिखते, केवल प्रकाश दिखता है ।''

मोहन : ''हाँ, वे ही हैं, वे ही हैं गोपाल भैया !''

गुरुजी गद्गद हो गये, उनका रोम-रोम आनंदित हो उठा, अष्टसात्त्विक भाव प्रकट हो गये । गुरुजी : ''गोपाल ! गोपाल !...'' पुकार उठे । अब तो गुरुजी मोहन को अपना गुरु मानने लगे क्योंकि उसीने भगवद्दर्शन का रास्ता बताया ।

बच्चो ! तुम भी मोहन की नाईं भगवन्नाम जपते जाओ । गोपाल भैया तुम पर भी प्रसन्न हो जायेंगे । स्वप्न में भी दर्शन दे देंगे । बच्चों पर तो वे जल्दी खुश होते हैं । तुम भी भगवान के साथ सेवक-स्वामी, सखा-भैया के भाव से कोई भी संबंध जोड़कर प्रेम से उन्हें पुकारोगे तो तुम्हारे हृदय में भी आनंद प्रकट हो जायेगा ।

वह जीवन क्या जिसमें...

- पूज्य बापूजी

अपना जन्मदिवस हो तो ये संत-वचन विशेष रूप से याद करने जैसे हैं। मैं तो याद करके आनंदित होता हूँ।

वह जीवन क्या जिस जीवन में
जीवन को मुक्त बना न सके।

सुख आये, दुःख आये - उनमें आप क्यों घसीटे जाओ लाला ! इनसे मुक्त रहो न भैया !

वह अज्ञानी अभिमानी है
जो मन का मोह मिटा न सके ॥१॥

संत तुलसीदासजी कहते हैं :

मोह सकल ब्याधिन्ह कर मूला।
'सब रोगों की जड़ मोह (अज्ञान) है।'

जीव को जिन चीजों में मोह होता है, देर-सवेर वे चीजें ही जीव को रुलाती हैं।

कोई बल-मद में फूल रहे,
ऊँचे पद पाकर झूल रहे।

इस विश्व में कोई वस्तु सुनिश्चित और सुस्थिर नहीं है। काल सबको नष्ट कर डालता है। मनुष्य की कभी उन्नति होती है और कभी अवनति। यह संसार का नियम है। इसमें हर्ष-विषाद नहीं करना चाहिए।

लेकिन वह शक्ति निरर्थक है,
जो काम किसीके आ न सके ॥२॥

किसीमें धन, यश या विद्या आदि का बल आ जाता है तो अहंकार हो जाता है। तुम्हारे पास बल तो है लेकिन वह यदि किसीके काम नहीं आता तो किस काम का ?

जितना-जितना आप दूसरे के काम आयेंगे, दूसरे के मंगल में आप हाथ बँटायेंगे, उतना ही वह सत्कर्म घूम-फिर के आपका मंगल करेगा। अतः आप किसीके काम आना सीखो।

जो भ्रमवश भोगासक्त बने,
जो अपने मन के भक्त बने।

जो मन में आया कर दिया, न शास्त्र, न संत, न माता-पिता की बात मानी। बड़ी चतुराई से अपने मनमाना जीवन जीते हैं लेकिन उनके जीवन में शांति नहीं है, आत्मसंतोष नहीं है, बरकत नहीं है। मैं तो चाहूँगा कि हमारे करोड़ों-करोड़ों सत्संगियों और उनके सम्पर्क में आनेवाले सभीके जीवन में आत्मसंतोष रहे, अपने कर्मों के फल को ईश्वर-अर्पण करके कर्म को दिव्य बनायें और जीवन को दिव्य दाता से एकाकार कर लें।

विषयों से यदि न विरक्त बने,
सत पथ में पैर बढ़ा न सके ॥३॥

भोगों और विकारों से अगर विरक्त न हुए तो सत्पथ में पैर बढ़ा न सकेंगे। विषय-विकारों का जो रस होता है, वह संसार में गिराता है। साधक को विषय-विकारों से मन को विरक्त करना चाहिए। गुरु के सान्निध्य एवं

मार्गदर्शन से विषय-विकारों से, विघ्न-बाधाओं से छुटकारा पाने की युक्तियाँ प्राप्त होती हैं।

जिस संगति से सद्ज्ञान न हो,
कर्तव्य धर्म का ध्यान न हो ।

ऐसी संगति मत करिये जिससे जीवन के सत्य का ज्ञान न हो । शरीर, धन, वाहवाही सत्य नहीं हैं, ये सब बदल जाते हैं फिर भी जो नहीं बदलता है वह तुम्हारा आत्मा-परमात्मा सत्य है । ऐसी संगति करो जिससे सत्य में प्रीति हो जाय।

हम उसे सुसंगति क्यों समझें
जो हमें प्रकाश दिखा न सके ।।४।।

जिसमें सत्य का ज्ञान नहीं, सत्कर्म का ज्ञान नहीं, ईश्वर का रस और ध्यान नहीं तो उस संगति को हम कुसंगति क्यों न कहें !

मिटती है जिससे भ्रांति नहीं,
मिलती है जिससे शांति नहीं।

भ्रांति अर्थात् सत्य वस्तु को यथावत् न जानकर उसे गलत रूप से मानना या जानना । जैसे हो तो रस्सी और दिखे सर्प । वास्तविक रूप से देखें तो वह सर्प होता नहीं है और काटता भी नहीं है । उसी प्रकार सत्यस्वरूप परमात्मा को न जानकर नाम-रूपवाले जगत को सत्य मानना यह भ्रांति है।

ऐ 'पथिक' प्रेम का पथ वह क्या,
जो प्रियतम तक पहुँचा न सके ।।५।।

जो प्रभु में आराम दिला न सके, हम उसका त्याग करें । न धन व सत्ता का अभिमान और न ही धन व सत्ता का लालच । अगर लालच करना ही है तो 'हमारे तन, मन व बुद्धि के द्वारा बहुतों का मंगल कैसे हो और हमारा परम मंगल कैसे हो ?' इसका लालच करो । एक बार उस प्रियतम परमात्मा की अनुभूति पा लो, फिर आपको सबमें उसीके दर्शन होंगे और सारी सृष्टि की उपलब्धियाँ व परिस्थितियाँ मिथ्या, परिवर्तनशील, खिलवाड़ लगेंगी । अपना आत्मदेव सच्चिदानंद ही सार है । सभी ज्ञानों की पराकाष्ठा, सभी सुखों की पराकाष्ठा है अपने प्रेमास्पद 'सोऽहम्'स्वरूप में।

ईन तिथियों का लाभ लेना न भूलें

२४ मई : रविवारी सप्तमी (सुबह ७-४१ से २५ मई सूर्योदय तक)

२९ मई : निर्जला एकादशी (माहात्म्य हेतु पढ़ें पृष्ठ १८)

३१ मई से २ जून : वटसावित्री व्रत (पूर्णिमांत पक्ष)

२ जून : वट पूर्णिमा

१० जून : बुधवारी अष्टमी (सूर्योदय से सुबह ८-०९ तक)

१२ जून : योगिनी एकादशी (महापापों को शांत करके महान पुण्य देनेवाला व्रत । ८८,००० ब्राह्मणों को भोजन कराने का फल ।)

१५ जून : षडशीति संक्रांति (पुण्यकाल : शाम ५-१० से सूर्यास्त तक) (षडशीति संक्रांति में किये गये जप-ध्यान व पुण्यकर्म का फल ८६,००० गुना होता है। - पद्म पुराण)

१७ जून से १६ जुलाई : अधिक/पुरुषोत्तम मास

जीवनदाता का प्रकाश भारत में लायेंगे, लायेंगे, लायेंगे !

हम हिन्दुस्तान को, भारतीय संस्कृति को अपने जीते-जी टूटने नहीं देंगे और शरीर छोड़ने के बाद भी टूटने नहीं देंगे । तब भी हमारी सत्ता करोड़ों दिलों के द्वारा काम करायेगी । हमारा संकल्प हमारा उद्देश्य पूरा करके ही रहेगा । स्वामी विवेकानंद का शरीर छूट गया लेकिन उनका उद्देश्य था भारत के गाँव-गाँव में साक्षरता लाना । आज हो रही है न ? वे कहते थे : 'भले मैं नहीं भी रहूँगा फिर भी साक्षरता मेरा संकल्प है, भारत के गाँव-गाँव, गली-गली, मुहल्ले-मुहल्ले में साक्षरता लाऊँगा, लाऊँगा, लाऊँगा !' आयी कि नहीं ? ऐसे ही हम भी भारतभर में तत्त्वज्ञान, अध्यात्म-विद्या, शरीर-स्वास्थ्य, मन की प्रसन्नता और जीवन में जीवनदाता का प्रकाश लायेंगे, लायेंगे, लायेंगे ! हर गली में पहुँचायेंगे । स्वामी विवेकानंद का संकल्प साकार होता है तो आशाराम का संकल्प भी साकार होकर रहेगा । हरि ॐ ॐ ॐ...

मेरा संकल्प भगवान देर-सवेर पूरा करते ही हैं । भारत को विश्वमानव की पीड़ा हरनेवाला बनाना है और बनेगा... संतों का संकल्प है, आज नहीं तो कल होकर रहेगा । ऐसी कई आत्माएँ प्रकट हो चुकी हैं, मेरे करोड़ों बच्चे भारत को 'विश्वगुरु' बनायेंगे ।

पूज्य बापूजी कहते हैं : ''परमेश्वर का नाम प्रतिदिन कम-से-कम १००० बार तो लेना ही चाहिए अर्थात् भगवन्नाम की १० मालाएँ तो फेरनी ही चाहिए ताकि उन्नति तो हो ही किंतु पतन न हो । अपने मंत्र का अर्थ समझकर प्रीतिपूर्वक जप करें । इससे बहुत लाभ होगा ।''

नाम-जप पापों व दुःखों की निवृत्ति का तथा परमानंद की प्राप्ति, आत्मविश्रांति की प्राप्ति का भी साधन है क्योंकि इसमें पापनाशिनी (नरकोद्धारिणी) शक्ति के साथ-साथ जगत-आनंददायिनी शक्ति भी है । भगवन्नाम-जप परम साध्य, परमानंदस्वरूप परमात्मा की प्राप्ति के पथ पर प्रारम्भिक साधन भी है और अंतिम साधन भी । अच्छे भाव से, कुभाव से, क्रोध से या आलस्य से, किसी भी तरह से यदि भगवान का नाम लिया जाता है तो जापक का दसों दिशाओं में मंगल-ही-मंगल होता है ।

भायँ कुभायँ अनख आलसहूँ ।
नाम जपत मंगल दिसि दसहूँ ।।

(श्री रामचरित. बा.कां. : २७.१)

तो फिर सच्चे हृदय से हरि का स्मरण करने से कितना कल्याण होगा ! जपात् सिद्धिः जपात् सिद्धिः जपात् सिद्धिर्न संशयः ।

जप करते रहो... हरि का स्मरण करते रहो... इससे आपको सिद्धि मिलेगी । आपका मन सात्त्विक होगा, पवित्र होगा तथा भगवद्-आनंद और भगवद्रस प्रकट होने लगेगा ।

(अंक २४१ से)

सर्व दोष हरनेवाला और भक्ति व आत्मबल भरनेवाला व्रत

- पूज्य बापूजी

राजा युधिष्ठिर ने पूछा : ''जनार्दन ! ज्येष्ठ मास के शुक्ल पक्ष की एकादशी के व्रत की क्या महिमा है ?''

भगवान श्रीकृष्ण ने कहा : ''वेद की शब्द राशि का वर्गीकरण करनेवाले और १८ पुराणों के रचयिता भगवान वेदव्यासजी के होते हुए मैं तुमको क्या एकादशी का माहात्म्य सुनाऊँ ? व्यासजी को हम प्रार्थना करते हैं कि वे संतपुरुष हमको सत्संग सुनायें।'' भगवान भी संतपुरुष का सत्संग सुनने का महत्त्व जानते हैं।

व्यासजी कहते हैं : ''मनुष्य को दोनों पक्षों की एकादशी का व्रत करना ही चाहिए। और व्रत न कर सके तो गृहस्थी को शुक्ल पक्ष की बारह एकादशियाँ और चतुर्मास के कृष्ण पक्ष की चार एकादशियाँ तो अवश्य-अवश्य करनी चाहिए। जो व्रत नहीं करता, पशु की नाईं सब दिन खाता है, वह पाशवी योनियों में जाता है और नरकों के दुःख भोगता है। सर्व दोषों को हरनेवाली, भगवद्भक्ति भरनेवाली और अन्न-जल की आदत से बँधे जीवों को अपनी आत्ममस्ती व बल में लानेवाली एकादशी का व्रत तो सभीको करना चाहिए। राजन् ! जननाशौच और मरणाशौच में भी एकादशी को भोजन नहीं करना चाहिए।''

इतने में भीम बोल पड़े : ''व्यास भगवान ! युधिष्ठिर महाराज तो एकादशी करते हैं, मेरी कुंती माता तथा द्रौपदी, भैया अर्जुन, नकुल, सहदेव भी करते हैं लेकिन मैं एक बार पेटभर भोजन कर लूँ, फिर भी कोई मुझसे कहे कि 'अब एकादशी करो' तो मैं नहीं कर सकता। मेरे पेट में वृक नाम की अग्नि ऐसी है कि न खाऊँ तो कुछ-का-कुछ हो जाता है। इसलिए महामुने ! मैं वर्षभर में केवल एक ही उपवास कर सकता हूँ। तो मेरे जैसों का उद्धार कैसे होगा ?''

व्यासजी : ''पुत्र ! ज्येष्ठ मास के शुक्ल पक्ष में निर्जला एकादशी होती है। इसका यत्नपूर्वक निर्जल व्रत रखने से मनुष्य निर्दोष नारायण की भक्ति और कृपा पाने तथा निरोग रहने में सक्षम हो जाता है। नारकीय यातनाओं से अगर तुम बचना चाहते हो और पशु-योनियों से अपनी रक्षा करना चाहते हो तो यत्नपूर्वक निर्जला एकादशी के दिन उपवास करो।

एकादशी का विधि-विधान

इस दिन कुल्ला या आचमन के सिवाय किसी प्रकार का जल मुख में न डाले, अन्यथा व्रत भंग हो जाता है। एकादशी को सूर्योदय से लेकर दूसरे दिन के सूर्योदय तक मनुष्य जल का त्याग करे तो यह व्रत पूर्ण होता है। द्वादशी को प्रभातकाल में स्नान आदि सब कार्य पूरे करके भोजन करे। वर्षभर में जितनी

एकादशियाँ होती हैं, उन सबका फल निर्जला एकादशी से मनुष्य प्राप्त कर लेता है, इसमें तनिक भी संदेह नहीं है। भगवान केशव ने मुझसे कहा था कि 'यदि मानव मेरी शरण में आ जाय और एकादशी को निराहार रहे तो वह सब पापों से छूट जाता है।'

मेरु पर्वत के बराबर महान पाप भी इस एकादशी व्रत के प्रभाव से भस्म हो जाते हैं। जो मनुष्य इस दिन जल के नियम का पालन करता है, उसे एक-एक प्रहर में कोटि-कोटि स्वर्णमुद्राएँ दान करने का फल प्राप्त होता सुना गया है। 'मनुष्य निर्जला एकादशी के दिन प्रातः पुण्यस्नान, दान, जप, होम आदि जो कुछ भी करता है, वह सब अक्षय होता है।' - यह भगवान श्रीकृष्ण का कथन है। जो मनुष्य एकादशी के दिन अन्न खाता है, वह पाप का भोजन करता है। इस लोक में वह चांडाल के समान है और मरने पर दुर्गति को प्राप्त होता है। जो मनुष्य इस एकादशी को उपवास करके दान करेंगे, वे परम पद को प्राप्त होंगे।'' (विस्तृत जानकारी के लिए आश्रम से प्रकाशित 'एकादशी व्रत कथाएँ' पुस्तक पढ़ें।)

आग्रहपूर्वक आदेश पाकर भीम जैसा भीम भी उपवास करने लगा तो आप भी उपवास का फायदा उठाइये। आप ये नहीं सोचना कि 'एकादशी का उपवास करने से हमारा शरीर कमजोर हो जायेगा।' आप रोज एक किलो खाते हैं तो १५ दिन में १५ किलो आपने खाया लेकिन एकादशी को एक दिन नहीं खाया तो १४ दिन में आप साढ़े पन्द्रह किलो हजम करने में सक्षम हो जायेंगे। उपवास के दूसरे दिन आपकी स्फूर्ति, भूख और प्रसन्नता बढ़ जायेगी। जो तीसों दिन खाते हैं, वे बीमारी से बच नहीं सकते और जो उपवास रखते हैं उनको बीमारी ज्यादा प्रभावित नहीं कर सकती। कई रोगों की औषधि उपवास है।

बुद्धि की कसरत

नीचे दिये गये प्रश्नों के उत्तर वर्ग-पहेली में खोजिये।

(१) शरीर में व्याप्त सप्तधातुओं में पहली धातु का नाम क्या है ?

(२) एकादश रुद्रों में भगवान शिवजी का वह कौन-सा नाम है, जो पांडवों के एक भाई का भी नाम है ?

(३) बारह ज्योतिर्लिंगों में किसका नाम गुजरात के एक नगर का भी नाम है ?

(४) समुद्र-मंथन से प्राप्त चौदह रत्नों में से वह कौन-सा रत्न था जिसे कोई लेने को तैयार नहीं था ?

(५) दस इन्द्रियों में से किसे कर्मेन्द्रियों में भी गिना जाता है और ज्ञानेन्द्रियों में भी ?

निं	त्य	भा	ष	ण	व	श	र	थ	आ	न्यु	कु
क	दा	ण	सा	क	ग्री	र्य	वै	स	म	तु	ग्री
ठो	श	का	लो	द्य	ऋ	ष्म	सा	प	ण्ड	र्य	ष
त	व	ह्म	अ	पौ	तु	न	का	र	आ	वि	ल
उ	ब्र	लि	रा	भा	नि	पै	र	ल	ल	त	तु
प	च	र	त्न	न	व	म्ब	र	ह	ज	न्यु	ला
नि	पृ	ल	क्ष्म	सो	र्ण	प	ला	ह	श	लि	द
ष	थं	रा	श	र्य	म	ह	नि	रा	हा	ग	चं
द	वी	म	य	श्री	ली	ना	र्य	ष	सं	रा	ड
लि	भी	ति	ण	अ	ह्वा	न्यु	थ	त	द	जा	वी
सं	त	श्री	आ	जि	रा	म	सं	बा	पू	कं	र्य
अ	र्जु	न	ण्ड	न	कु	ल	बा	जी	द	म	ज्जा

(६) श्रीरामजी द्वारा शबरी माता को दिये नवधा भक्ति उपदेश में पहली भक्ति क्या है ?

(७) चौदह लोकों में सबसे ऊँचा लोक कौन-सा है ?

(उत्तर अगले अंक में प्रकाशित होंगे)

अमित पुण्य अर्जित करने का अवसर : पुरुषोत्तम मास

- पूज्य बापूजी

(पुरुषोत्तम/अधिक मास : १७ जून से १६ जुलाई)

अधिक मास में सूर्य की संक्रांति (सूर्य का एक राशि से दूसरी राशि में प्रवेश) न होने से इसे 'मल मास' (मलिन मास) कहा गया है। स्वामीरहित होने से यह मास देव-पितर आदि की पूजा तथा मंगल कर्मों के लिए त्याज्य माना गया। इससे लोग इसकी घोर निंदा करने लगे।

मल मास ने भगवान को प्रार्थना की, भगवान बोले : ''मल मास नहीं, अब से इसका नाम 'पुरुषोत्तम मास' होगा। इस महीने में जो जप, सत्संग, ध्यान, पुण्य आदि करेंगे, उन्हें विशेष फायदा होगा। अंतर्यामी आत्मा के लिए जो भी कर्म करेंगे, तेरे मास में वह विशेष फलदायी हो जायेगा। तब से मल मास का नाम पड़ गया 'पुरुषोत्तम मास'।''

विशेष लाभकारी

अधिक मास में आँवला और तिल के उबटन से स्नान पुण्यदायी और स्वास्थ्य व प्रसन्नता में बढ़ोतरी करनेवाला है अथवा तो आँवला, जौ और तिल का मिश्रण बनाकर रखो और स्नान करते समय थोड़ा मिश्रण बाल्टी में डाल दिया। इससे भी स्वास्थ्य और प्रसन्नता पाने में मदद मिलती है। इस मास में आँवले के पेड़ के नीचे बैठकर भोजन करना अधिक प्रसन्नता और स्वास्थ्य देता है।

आँवले व पीपल के पेड़ को स्पर्श करने से स्नान करने का पुण्य होता है, सात्त्विकता और प्रसन्नता की बढ़ोतरी होती है। इन्हें स्नान करने के बाद स्पर्श करने से दुगुना पुण्य होता है। पीपल और आँवला सात्त्विकता के धनी हैं।

इस मास में धरती पर (बिस्तर बिछाकर) शयन व पलाश की पत्तल पर भोजन करे और ब्रह्मचर्य व्रत पाले तो पापनाशिनी ऊर्जा बढ़ती है और व्यक्तित्व में निखार आता है। इस पुरुषोत्तम मास को कई वरदान प्राप्त हैं और शुभ कर्म करने हेतु इसकी महिमा अपरम्पार है।

अधिक मास में वर्जित

पुरुषोत्तम मास व चतुर्मास में नीच कर्मों का त्याग करना चाहिए। वैसे तो सदा के लिए करना चाहिए लेकिन आरम्भवाला भक्त इन्हीं महीनों में त्याग करे तो उसका नीच कर्मों के त्याग का सामर्थ्य बढ़ जायेगा। इस मास में शादी-विवाह अथवा सकाम कर्म एवं सकाम व्रत वर्जित हैं। जैसे - कुएँ, बावली, तालाब और बाग आदि का आरम्भ तथा प्रतिष्ठा, नवविवाहिता वधू का प्रवेश, देवताओं का स्थापन (देवप्रतिष्ठा), यज्ञोपवीत संस्कार, नामकरण, मकान बनाना, नये वस्त्र एवं अलंकार पहनना आदि। इस मास में किये गये निष्काम कर्म कई गुना विशेष फल देते हैं।

***

अधिक मास में करने योग्य

जप, कीर्तन, स्मरण, ध्यान, दान, स्नान आदि तथा पुत्रजन्म के कृत्य, पितृमरण के श्राद्ध आदि एवं गर्भाधान, पुंसवन जैसे संस्कार किये जा सकते हैं।

'देवी भागवत' के अनुसार यदि दान आदि का सामर्थ्य न हो तो संतों-महापुरुषों की सेवा (उनके दैवी कार्यों में सहभागी होना) सर्वोत्तम है। इससे तीर्थ, तप आदि के समान फल प्राप्त होता है। इस माह में दीपकों का दान

करने से मनोकामनाएँ पूर्ण होती हैं। दुःख-शोकों का नाश होता है। वंशदीप बढ़ता है, ऊँचा सान्निध्य मिलता है, आयु बढ़ती है। इस मास में गीता के १५वें अध्याय का अर्थसहित प्रेमपूर्वक पाठ करना और गायों को घास व दाना दान करना चाहिए। भक्तिपूर्वक सद्गुरु से अध्यात्म विद्या का श्रवण करने से ब्रह्महत्याजनित पाप नष्ट हो जाते हैं तथा दिन-प्रतिदिन अश्वमेध यज्ञ का फल प्राप्त होता है। निष्काम भाव से यदि श्रवण किया जाय तो जीव मुक्त हो जाता है।

व्रत-विधि

भगवान श्रीकृष्ण इस मास की व्रत-विधि एवं महिमा बताते हुए कहते हैं : ''इस मास में मेरे उद्देश्य से जो स्नान (ब्राह्ममुहूर्त में उठकर भगवत्स्मरण करते हुए किया गया स्नान), दान, जप, होम, गुरु-पूजन, स्वाध्याय, पितृतर्पण, देवार्चन तथा और जो भी शुभ कर्म किये जाते हैं, वे सब अक्षय हो जाते हैं। जो प्रमाद से इस मास को खाली बिता देते हैं, उनका जीवन मनुष्यलोक में दारिद्र्य, पुत्रशोक तथा पाप के कीचड़ से निंदित हो जाता है, इसमें संदेह नहीं।

शंख की ध्वनि के साथ कपूर से आरती करें। ये न हों तो रूई की बत्ती से ही आरती कर लें। इससे अनंत फल की प्राप्ति होती है। चंदन, अक्षत और पुष्पों के साथ ताँबे के पात्र में पानी रखकर भक्ति से प्रातःपूजन के पहले या बाद में अर्घ्य दें।

पुरुषोत्तम मास का व्रत दारिद्र्य, पुत्रशोक और वैधव्य का नाशक है। इसके व्रत से ब्रह्महत्या आदि सब पाप नष्ट हो जाते हैं।

विधिवत् सेवते यस्तु पुरुषोत्तममादरात्।
कुलं स्वकीयमुद्धृत्य मामेवैष्यत्यसंशयम्॥

पुरुषोत्तम मास के आगमन पर जो व्यक्ति श्रद्धा-भक्ति के साथ व्रत, उपवास, पूजा आदि शुभ कर्म करता है, वह निःसंदेह अपने समस्त परिवार के साथ मेरे लोक में पहुँचकर मेरा सान्निध्य प्राप्त करता है।''

****

(पृष्ठ २४ 'सिताजी के...' का शेष) रामराज्य होने के बदले राम-वनवास ! विश्व में ऐसा हादसा कभी पहले हुआ नहीं था, बाद में हुआ नहीं। राजतिलक की तैयारियाँ हो रही हैं, शहनाइयाँ बज रही हैं, वैदिक मंत्र उच्चारित हो रहे हैं, कौसल्या, सुमित्रा दान कर रही हैं, सीताजी मंगल उत्सव में भागीदार हो रही हैं। और मंथरा ने एकाएक चाबी घुमायी, रामराज्य राम-वनवास में बदल गया है। कितना बड़ा हादसा है ! लेकिन श्रीरामचन्द्रजी के चेहरे पर शिकन नहीं। सीताजी उलाहना नहीं देतीं।

तैसा अंम्रितु तैसी बिखु खाटी।... उसी राम की तो सीता है !

आत्मौपम्येन सर्वत्र समं पश्यति योऽर्जुन।
सुखं वा यदि वा दुःखं स योगी परमो मतः॥

(गीता : ६.३२)

सुखद अवस्था आये चाहे दुःखद अवस्था आये, वह महायोगिनी ज्यों-की-त्यों ! मर्यादा-स्थापन के लिए राम के लिए पुकारती हैं और राम सीता के लिए पुकारते हैं लेकिन हृदय में समता ज्यों-की-त्यों !

सीताजी को मंथरा के लिए द्वेष नहीं। कभी तिरछी आँख या बड़ी आँख मंथरा को नहीं दिखातीं। क्या शालीनता है ! 'सीताराम-सीताराम...' जपनेवालों के दिल पावन हो जाते हैं। सीताराम की स्मृति करनेवालों के मन तसल्ली में आ जाते हैं। बाकी तो संसार है, ऐसी उच्च आदरणीय सीताजी के जीवन में भी विघ्न-बाधाएँ आयीं, रामजी के जीवन में भी आयीं तो आपके भी जीवन में आयें तो आप कराहना नहीं, सोचना, 'बीत जायेगा। वाह वाह ! यह संसार सपना है, इसको देखनेवाला मेरा अंतर्यामी प्रभु अपना है।'

सीताजी के दिव्य गुण

- पूज्य बापूजी

(गतांक का शेष)

खीर-खाँड़ खिलाना अपना काम है

त्रिजटा ने सीताजी को पूछा : ''तुम रामजी का चिंतन करती हो, तुम रामजी बन जाओगी तो फिर तुम्हारा क्या होगा ?''

''मैं रामजी बन जाऊँगी और रामजी मेरा चिंतन करते हैं तो वे सीता बन जायेंगे। ऐसा भी तो हो सकता है त्रिजटा !''

हनुमानजी ने कहा : ''माँ ! रावण के कहने से इन राक्षस-राक्षसियों ने आपको डराया-धमकाया, प्रलोभन दिया। आज्ञा दें तो मैं इनको कठोर दंड दूँ।''

''नहीं वत्स ! पुत्र !! ये तो बेचारी चिट्ठी की चाकर हैं। वैरी, दुश्मन, निंदक या सतानेवाले किसीको टोटा चबवाना अपना काम नहीं है, खीर-खाँड़ खिलाना अपना काम है। उनको खीर-खाँड़ खिलाओ, उनका भला चाहो, उनका मंगल चाहो। उनको सद्बुद्धि मिले, सद्ज्ञान मिले, सत्‌चेतना मिले।''

हनुमानजी हाथ जोड़कर नतमस्तक हो जाते हैं। इतने बहादुर हनुमानजी ! क्या सीताजी का जादू चलता है ! सीता माँ के पास असली पवित्रता का जादू था। उनके पास परमात्म-रस की दृष्टि थी। तुम भी अपने हृदय में परमात्म-रस ला सकते हो। रात को सोते समय चिंतन करो, 'हम राम-तत्त्व में आराम करते हैं। दशरथनंदन की तो आकृति है राम की लेकिन निराकार राम तो हमारे आत्मा हैं। हम रामजी के विश्राम स्वभाव में सोते हैं।' सुबह उठो तो वहीं से उठो। आपका स्वभाव सीताजी के जैसा हो जायेगा।

त्यागमयी सीताजी

सीताजी नम्रतापूर्ण और प्रसन्नवदन, धर्मपरायण रहकर आचरण करती थीं। किसीका अवगुण न देखकर उसके गुण देखना और उनको बढ़ाना - यह शील है। त्याग भी था सीताजी में। कहाँ तो अयोध्या की पटरानी, राजा राम की अर्धांगिनी ! जब उन्होंने 'रामजी को वनवास हुआ है' यह सुना और रामजी तैयार हो गये तो वे कहती हैं : ''मैं भी चलूँगी।''

रामजी : ''नहीं जनकनंदिनी ! वहाँ जंगल में ऐसी-ऐसी तकलीफें हैं, यह है...।''

''पतिदेव ! पतिव्रता स्त्री का कर्तव्य है पति की छाया होकर रहना। आप तो गुणशील हैं लेकिन आपमें कोई गुण नहीं होता, कोई सामर्थ्य नहीं होता, तब भी मेरा कर्तव्य था आपके साथ चलना। आप तो समर्थ भी हैं, गुणनिधि भी हैं और साक्षात् सर्वेश्वर भी हैं। मैं आपकी तपस्या में अथवा आपके १४ वर्ष के व्रत में कहीं भी विघ्न नहीं बनूँगी। आप कृपा करके मुझे ले चलिये।''

सीताजी की ऐसी त्यागपूर्ण और सूझबूझपूर्ण वाणी सुनकर रामजी को अपना विचार वापस लेना पड़ा और सीताजी की बात रखनी पड़ी। वे सीताजी को साथ ले गये।

सीताजी का आचरण आदर्श नारी, आदर्श सहायक का था। सीताजी में दिव्य गुण थे। कार्येषु मंत्री... कामकाज में पति के साथ मंत्री जैसा व्यवहार। गृहेषु लक्ष्मी... घर या जहाँ भी सँभाले लक्ष्मी की नाईं सँभाले। भोज्येषु माता... भोजन कराये तो माँ जैसा हृदय। नम्रता, त्याग, प्रेम... इस प्रकार सीताजी के ये दिव्य गुण महिलामात्र को अनुकरणीय हैं।

(शेष पृष्ठ २३)

भगवान के ६४ दिव्य गुण

- पूज्य बापूजी

(अंक २६७ से आगे)

भगवान का ५६वाँ गुण है 'अविचिन्त्यमहाशक्तिः', भगवान अचिंत्य महाशक्तियों से युक्त हैं। वे संकल्पमात्र से ब्रह्मांड प्रकट कर देते हैं। ऐसा तुम्हारे में भी है। तुम भी रात को स्वप्न में क्या-क्या प्रकट कर लेते हो। रेलगाड़ी बना लेते हो, खेत-खली बना देते हो। तुम्हारे में भी वह भगवत्स्वभाव है। भगवान में ५७वाँ गुण है 'कोटिब्रह्माण्डविग्रहः' अर्थात् उनका विग्रह असंख्य ब्रह्मांडव्यापी है। ५८वाँ गुण है 'अवतारावलीबीजम्' अर्थात् वे अवतारों के स्रोत हैं। भगवान से ही अवतार प्रकट होते हैं। ५९वाँ गुण है 'हतारिगतिदायकः', भगवान मुक्तिदाता हैं। भगवान अपने द्वारा मारे गये शत्रुओं को भी मुक्ति प्रदान करते हैं। ६०वाँ गुण है 'आत्मारामगणाकर्षी', भगवान आत्मारामी महापुरुषों को अपनी ओर आकर्षित करनेवाले हैं। ६१वाँ गुण है 'सर्वाद्भुतचमत्कारलीला-कल्लोलवारिधिः', भगवान चमत्कारिक लीलाएँ करते हैं। जैसे यशोदा के आगे मुँह खोल दिया और त्रिलोकी दिखा दी, अर्जुन को विश्वरूप दिखा दिया, और भी कई-कई लीलाएँ हैं। तुम्हारे-हमारे जीवन में भी भगवदीय लीलाएँ होती रहती हैं।

भगवान में ६२वाँ गुण है 'अतुल्यमधुरप्रेम-मण्डितप्रियमण्डलः', वे भक्तों से विभूषित होते हैं। जहाँ भी भगवान हैं वहाँ भक्त आते हैं। भगवान को देखकर लोग भक्त बन जाते हैं। यह गुण संतों में भी होता है। संत देश-विदेश में जहाँ जाते हैं, लोग उनके भक्त बन जाते हैं। संतों का अंतःकरण ही तो भगवान है। ६३वाँ गुण है 'त्रिजगन्मानसाकर्षी मुरलीकलकूजितैः' अर्थात् उनकी मुरली चित्त हरनेवाली है। जरा-से बंसी में प्राण फूँक दिये और सबका चित्त चुरा लिया। अन्य साधन तो ठोक-पीटकर बजाये जाते हैं लेकिन बंसी तो अपना प्राण उँडेल के बजायी जाती है और भगवान नजर डालते हैं तो सबका चित्त चुरा लेते हैं। भगवान का ६४वाँ गुण है 'असमानोर्ध्वरूपश्रीविस्मापितचराचरः' अर्थात् भगवान के तुल्य किसीका रूप नहीं, किसीके लक्षण नहीं, वे अपने-आपमें पूर्ण हैं। (समाप्त)

****

(पृष्ठ २९ 'ब्रह्मनिष्ठो के...' का शेष)कारगिल में पाकिस्तानी घुसपैठियों से लोहा ले रही थी। पूज्य बापूजी को सूचना मिली कि घुसपैठी 'टाइगर हिल' की चोटियों पर बैठे हैं, जिससे हमारे भारतीय सैनिकों को ज्यादा खतरा है। देश की रक्षार्थ अपने प्राणों की बाजी लगाने को तत्पर भारतीय वीरों के लिए पूज्यश्री का हृदय पिघल गया।

दोपहर की संध्या में साधकों को कारगिल की स्थिति से अवगत कराते हुए पूज्यश्री ने कहा : ''तुम्हारा संकल्प घुसपैठियों को ठीक कर सकता है।'' पूरा सत्संग पंडाल पूज्य बापूजी तथा साधकों की ॐकार की तुमुल ध्वनि से गूँज उठा। पूज्यश्री ने जोशभरी वाणी में कहा : ''तुम्हारा ॐ का गुंजन वहाँ (कारगिल में) काम करेगा। ये संकल्प के बम बाहर के बमों से ज्यादा काम करेंगे। कारगिल के आसपास के इलाकों में घुसपैठियों का सफाया... यश भले किसीको भी मिले, काम अपने देश का हो...''

कारगिल के दस्तावेज इस बात के साक्षी हैं कि २७ जून के बाद टाइगर हिल पर दिन-प्रतिदिन अधिक सफलता मिलनी प्रारम्भ हुई और ४ जुलाई को टाइगर हिल पर भारतीय सेना ने राष्ट्रीय ध्वज फहराया।

नवजात शिशु का स्वागत

(अंक २६७ से आगे)

आयुर्वेद के श्रेष्ठ ग्रंथ 'कश्यप संहिता' में बालकों के लिए किये जानेवाले आवश्यक संस्कारों के अंतर्गत सुवर्णप्राश का उल्लेख आता है। नवजात शिशु को जन्म से एक माह तक प्रतिदिन नियमित रूप से सुवर्णप्राश देने से वह अतिशय बुद्धिमान बनता है तथा सभी प्रकार के रोगों से उसकी रक्षा होती है । सुवर्णप्राश मेधा, बुद्धि, बल, जठराग्नि तथा आयुष्य बढ़ानेवाला, कल्याणकारक व पुण्यदायी है । ६ मास तक इसका सेवन करने से बालक श्रुतिधर होता है अर्थात् सुनी हुई हर बात धारण कर लेता है । उसकी स्मरणशक्ति तीव्र होती है तथा शरीर का समुचित विकास होता है। वह पुष्ट व चपल बनता है।

सुबह अथवा शाम को पत्थर पर २-३ बूँद शहद लेकर शुद्ध स्वर्ण (२४ कैरेट) को ४-५ बार गोल-गोल अथवा शहद का रंग थोड़ा-सा बदलने तक घिसें, फिर उसे बच्चे को चटा दें। हर महीने ३-३ बूँद शहद की मात्रा तथा ५-५ घिसने की संख्या बढ़ाते जायें। अथवा आश्रम निर्मित सुवर्णप्राश का उसमें दी गयी विधि के अनुसार प्रयोग करें।

नवजात शिशु के रहने का स्थान

कुमारागार के वातावरण का माता एवं शिशु के शरीर, मन एवं प्राण पर गहरा असर पड़ता है। यह स्थान शांत, स्वच्छ, पवित्र, हवादार तथा पर्याप्त प्रकाशवाला होना चाहिए। इसके लिए घर का ऐसा कमरा चुनें जिसका द्वार पूर्व या दक्षिण की ओर हो, धरती में नमी न हो, शौचालय पास में न हो। हवा तथा प्रकाश साधारण रूप से आये, तेज हवा के झोंके या धूप बच्चे अथवा माँ के शरीर पर सीधे न लगने पायें। दक्षिण की हवा स्वास्थ्यकर होती है, अतः दक्षिण की ओर यदि द्वार न हो तो एकाध खिड़की तो अवश्य हो। कमरा सामान से लदा न हो तथा वहाँ अधिक व्यक्तियों का आना-जाना न हो । नवजात शिशु को बल्ब, ट्यूबलाइट आदि के प्रकाश तथा पंखे, एयर कंडीशनर व रूम हीटर के वातावरण में नहीं रखना चाहिए।

शीत ऋतु हो तो कुमारागार को दिन में २-३ बार गरम कर लें पर २४ घंटे अँगीठी न जलती रहे। (जहाँ अत्यधिक ठंडा वातावरण हो, वैसे यूरोपीय देशों, कनाडा आदि में यह नियम लागू नहीं पड़ता।) कमरे में पूर्व दिशा की ओर दीपक जलायें एवं शिशु की रक्षा के लिए सुबह-शाम गूगल, अगरू, वचा, पीली सरसों, नीम के पत्ते, अजवायन, जटामासी आदि सुगंधित एवं कृमिनाशक वस्तुओं की धूप देनी चाहिए। धूप में घी मिलायें, यह बलप्रद होता है। इससे वातावरण शुद्ध, सात्त्विक व सूक्ष्म जीवाणुओं से रहित होता है।

जन्म के बाद २४ घंटे के अंदर शिशु के मस्तिष्क में सृष्टि की संवेदनाओं को ग्रहण करने के लिए निश्चित प्रकार की प्रक्रियाएँ सक्रिय हो जाती हैं। इन २४ घंटों में बालक जिस सहजता से संस्कारों को ग्रहण करता है, वैसे पूरे जीवन में फिर कभी नहीं कर पाता । प्रारम्भिक काल की मस्तिष्क की इस संवेदनशीलता का पूरा लाभ लेते हुए बालक को सुसंस्कारों से सुसज्जित कर देना चाहिए। इस काल में बालक को सम्बोधित करते हुए कहें : 'तू शुद्ध है, बुद्ध है, चैतन्य है। तू अजर, अमर, अविनाशी आत्मा है। तू आनंदस्वरूप है, प्रेमस्वरूप है।

(शेष पृष्ठ ३६ पर)

पर्यावरण सुरक्षा, जीवन रक्षा

पूज्य बापूजी पर्यावरण सुरक्षा के बल प्रहरी हैं। बापूजी वृक्षारोपण व हवामान शुद्धि के लिए अपने सत्संगों में पिछले ५० वर्षों से विशेष जोर देते रहे हैं।

हरे-भरे वृक्ष पर्यावरण संतुलन का मुख्य आधार हैं। इनके बिना जीवन की कल्पना असम्भव है। बढ़ते शहरीकरण व औद्योगिकीकरण के कारण आज वृक्षों की अंधाधुंध कटाई व जंगलों के विनाश ने विकराल रूप धारण कर लिया है। इससे कहीं बाढ़ तो कहीं अकाल, कहीं भारी हिमपात तो कहीं विनाशकारी भूकम्प, साथ ही बढ़ती गयी 'ग्लोबल वॉर्मिंग' की भीषण समस्या ! इनसे बचने के लिए कई प्रयास किये जा रहे हैं फिर भी सफलता नहीं मिल रही है। इन समस्याओं को दूर करने के लिए एक ही उपाय है - वृक्षारोपण।

मानव-जीवन के लिए परम आवश्यक

पर्यावरण-रक्षक पूज्य बापूजी कहते हैं : ''हम १ दिन में लगभग १.५ किलो भोजन करते हैं, २ से ३ लीटर पानी पीते हैं लेकिन २१ हजार ६०० श्वास लेते हैं। उसमें ११ हजार लीटर हवा लेते-छोड़ते हैं, जिससे हमें लगभग १० किलो भोजन का बल मिलता है। अब वह वायु जितनी गंदी (प्रदूषित) होती है, उतना ही लोगों का स्वास्थ्य और (वायुरूपी) भोजन खराब हो जाता है। अब 'गंदी वायु, गंदी वायु...' करके चिल्लायें इससे काम नहीं चलता। वायु को गंदा न होने दें तो वह अच्छी बात है।''

शुद्ध वायु-प्राप्ति के उपाय

नीलगिरी के वृक्ष भूल से भी न लगायें, ये जमीन को बंजर बना देते हैं। जिस भूमि पर ये लगाये जाते हैं उसकी शुद्धि १२ वर्ष बाद होती है - ऐसा माना जाता है। पूज्य बापूजी कहते हैं : ''नीलगिरी (सफेदा) के वृक्ष वायु को गंदा करते हैं, जीवनीशक्ति हरते हैं। पक्षी का घोंसला नीलगिरी के पेड़ पर नहीं होगा, जीव-जंतु का बिल इसके मूल में नहीं होगा - यह इतना हानिकारक, जीवन-विघातक वृक्ष है ! जिनको तुच्छ जीव मानते हैं, उनमें भी इतनी अक्ल है। इसके विपरीत पीपल के पेड़ जीवनीशक्ति विपुल प्रमाण में देते हैं। अतः पीपल, नीम, आँवले के वृक्ष तथा तुलसी के पौधे दिल खोलकर लगाने चाहिए - यह बात पर्यावरण मंत्रियों को समझ में आ जाय तो देश का भला हो जायेगा। अगर मेरे पास पर्यावरण विभाग होता अथवा अधिकार होता तो ये बबूल और नीलगिरी हटवाकर प्रजा के लिए मैं शुद्ध वायुरूपी खुराक पैदा करने में विशेष ध्यान देता। सरकार देशवासियों की सेवा करे तो अच्छा रहेगा।

नीलगिरी और बबूल (कीकर) हटाओ, पीपल, तुलसी, नीम, आँवला बढ़ाओ। ये वृक्ष लगाने से आपके द्वारा प्राणिमात्र की बड़ी सेवा होगी। खुद

वृक्ष लगाना और दूसरों को प्रेरित करना भी एक सेवा है।

हमने पहाड़ी खरीद के पर्यावरण की सेवा में पचासों हजार पेड़ लगाये हैं। छिंदवाड़ा के आसपास जो जंगल हैं, वहाँ जाकर हमारे गुरुकुल के बच्चे पेड़ लगाते हैं ताकि आदिवासियों को संस्कार पड़ें कि 'पेड़ लगाने चाहिए।' राष्ट्रीय कर्तव्य है पर्यावरण के लिए पेड़ लगाना। हम पेड़ को प्रेम करते हैं और पेड़ हमारे स्वास्थ्य के लिए और पर्यावरण के लिए वरदान हैं, आशीर्वाद हैं।''

देशव्यापी पर्यावरण सुरक्षा अभियान

पूज्य बापूजी पर्यावरण सुरक्षा के सबल प्रहरी हैं। बापूजी वृक्षारोपण व हवामान शुद्धि के लिए अपने सत्संगों में पिछले ५० वर्षों से विशेष जोर देते रहे हैं। इतना ही नहीं, अपने सभी आश्रमों तथा अन्य जगहों पर पीपल, नीम, आँवला, तुलसी आदि वृक्ष विशेष रूप से लगवाते रहे हैं। वर्तमान में जोधपुर कारागृह में भी पूज्य बापूजी ने विभिन्न स्थानों पर पेड़-पौधे लगवाये हैं और उनका खयाल रखते हैं। बापूजी अपने निवास-स्थान के आसपास तुलसी-वन लगवाते हैं और पेड़-पौधों का ध्यान भी रखते हैं।

पूज्य बापूजी की प्रेरणा से विभिन्न आश्रमों, सेवा समितियों, बाल संस्कार केन्द्रों के बच्चे-बच्चियों, महिला उत्थान मंडलों, युवा सेवा संघों आदि द्वारा प्रतिवर्ष देशभर में 'पर्यावरण सुरक्षा अभियान' खूब उत्साह से चलाया जाता है। इस अभियान के अंतर्गत व्यापक स्तर पर वृक्षारोपण किया जाता है एवं लोगों में पर्यावरण-सुरक्षा हेतु जागृति लायी जाती है।

(तुलसी, पीपल, आँवला व नीम से होनेवाले अनेक बहुमूल्य लाभों को जानने हेतु पढ़ें आगामी अंक)

आनंदासन

लाभ : इससे मन एकाग्र व शांत होता है, आज्ञाचक्र विकसित होता है। आध्यात्मिकता में यह आसन बहुत उपयोगी है। इससे स्नायविक प्रणाली को विश्राम मिलता है तथा अनेक शारीरिक व मानसिक लाभ होते हैं :

(१) क्रोध तथा काम-वासना का वेग शांत होता है।

(२) चिंता और उत्तेजना शांत होती है।

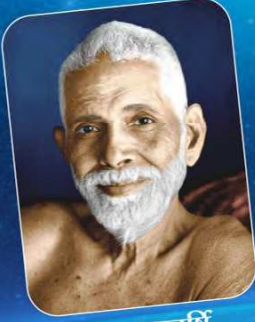
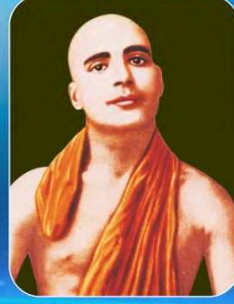
(३) उच्च रक्तचाप तथा तनावमुक्ति में बहुत लाभकारी है।

(४) भोजन का पाचन शीघ्र होता है।

(५) अन्य आसनों को करने के बाद थकावट आ जाने पर इसके अभ्यास से विश्रांति प्राप्त होती है।

विधि : कम्बल बिछाकर 'वज्रासन' में बैठ जायें। दोनों हाथों को पैरों के पंजों पर इस प्रकार रखें कि हाथों की उँगलियाँ आमने-सामने हों। सिर तथा रीढ़ की हड्डी सीधी व आँखें बंद रखें। प्रारम्भ में श्वासोच्छ्‌वास को देखें। फिर ध्यान आज्ञाचक्र पर केन्द्रित करें। श्वास की गति धीमी व गहरी रखें।

सामान्यत: इसे ५ मिनट तक करना ही पर्याप्त है। आध्यात्मिक लाभ के लिए लम्बे समय तक कर सकते हैं। इसे भोजन के बाद भी किया जा सकता है। इस आसन को 'आनंद मदिरासन' के नाम से भी जाना जाता है।

ब्रह्मनिष्ठों के ब्रह्मसंकल्प से होते अद्भुत परिवर्तन

रमण महर्षि — स्वामी विवेकानंद — स्वामी रामतीर्थ — साँईं श्री लीलाशाहजी महाराज

''जो निःसंकल्प महापुरुष हैं उनके संकल्प में भी बड़ी ताकत होती है । मौन रहकर मौन में टिकते हैं और संकल्प द्वारा क्रिया से ज्यादा मंगल करते हैं ।'' - पूज्य बापूजी

एक बार सरदार वल्लभभाई पटेल ने डॉ. राजेन्द्र प्रसाद को यह जानने के लिए भेजा कि 'श्री रमण महर्षि स्वतंत्रता संग्राम हेतु क्या कर रहे हैं ?'

राजेन्द्र बाबू ने निवेदन किया : ''महर्षिजी ! लोग बोलते हैं कि गांधीजी इतना काम कर रहे हैं और आप यहीं बैठे हैं !''

रमण महर्षि : ''तो हम नहीं कर रहे हैं क्या ? संकल्प से भी काम होते हैं ।''

पूज्य बापूजी कहते हैं : ''जो निःसंकल्प महापुरुष हैं, उनके संकल्प में भी बड़ी ताकत होती है । मौन रहकर मौन में टिकते हैं और संकल्प द्वारा क्रिया से ज्यादा मंगल करते हैं । लेकिन आजकल समझ का स्तर इतना नीचे आ गया कि वाणी का भी उपयोग करना पड़ता है ।''

रमण महर्षि की तरह स्वामी विवेकानंद, स्वामी रामतीर्थ, साँईं श्री लीलाशाहजी महाराज, योगी अरविंद आदि कई नामी-अनामी महापुरुषों के संकल्पबल व चन्द्रशेखर आजाद, भगतसिंह, रामप्रसाद बिस्मिल आदि देशभक्तों की कुर्बानियों तथा महात्मा गांधी, सुभाषचन्द्र बोस, सरदार पटेल, पं. मदनमोहन मालवीय आदि के अथक प्रयासों के फलस्वरूप १५ अगस्त १९४७ को भारत स्वतंत्र हुआ ।

परंतु सैकड़ों वर्षों की गुलामी के कारण मानसिक गुलामी दूर नहीं हुई । इस मिली हुई बाह्य आजादी को बनाये रखने तथा मानसिक गुलामी से मुक्त करके भारत को पुनः विश्वगुरु पद पर आसीन करने के लिए ब्रह्मज्ञानी महापुरुष पूज्य बापूजी अनेक कष्ट सहते हुए भी पिछले ५० वर्षों से सतत प्रयत्नरत हैं । वासुदेवः सर्वमिति की दृष्टि से सम्पन्न पूज्य बापूजी के वैदिक सत्संग तथा मानव-उत्थान के कई दैवी कार्यों द्वारा देश में एकता, अखंडता, सद्भाव, संयम, सदाचार आदि से समाज में सुख-शांति व सम्पन्नता आयी है । बापूजी ने हम सबको सांस्कृतिक पुनर्जागरण द्वारा सच्ची आजादी, आत्मिक आजादी की ओर अग्रसर किया है । इतना ही नहीं, बापूजी ने अपने ब्रह्मसंकल्प द्वारा कारगिल युद्ध में ऐतिहासिक सफलता दिलाने में भी महत्त्वपूर्ण भूमिका निभायी थी ।

२६ जून १९९९ को अहमदाबाद आश्रम में गुरुपूर्णिमा का शिविर चल रहा था । उधर भारतीय सेना

(शेष पृष्ठ २५)

आत्मज्ञान से सराबोर पूज्य बापूजी के पत्र

अपने मित्रसंत श्री लालजी महाराज को लिखे पत्रों से

(गतांक से आगे)

मोटेरा आश्रम, साबरमती, अहमदाबाद

दि. : ३१-१२-१९७३

परम पूज्य श्री लालाराम,

मोटी कोरल (बड़ौदा के निकट)

पवित्र सेवा में,

मोटेरा से आपके आशाराम के श्रीराम... राम...

लालाराम ! आपश्री की अहैतुकी कृपादृष्टि से मैं अपने को धन्य मान रहा हूँ कि आपश्री के समान सच्चे संत की मेरे प्रति कैसी दिव्य उच्चतम भावनाएँ हैं ! ओ पवित्र हृदय ! आपके प्रत्येक शुभ संकल्प में अनंत ब्रह्मांडनायक प्रभु ही हैं। भला, प्रभु की इच्छा से आशाराम की उन्नति हो और जीवन जीकर दिखाने में सफल हो जाय अथवा मरने में भी सफल हो जाय, अन्यथा मरने-जीने से अपने निजस्वरूप को निर्लेप अनुभव करें, इसमें क्या आश्चर्य !

एकांत में थोड़ी विश्रांति लेने का विचार कर रहा हूँ परंतु प्रवृत्ति पीछा ही नहीं छोड़ती। भारत के युवाओं की हालत देखकर अपना कर्तव्य लगता है कि समाज के स्वरूप में विराजमान श्री नारायण की सेवा करें। इस हेतु से शायद प्रवृत्ति बढ़ रही है और शांत हृदय की अवस्था को याद करके निवृत्ति लेने की चाह होती है।

जितना हो सके संतों के शुभ संकल्प सत्य होकर इस शरीर से सेवा के कार्य हों, उसमें मेरी ना नहीं है और न हों तो उसमें मेरा आग्रह नहीं है।

हमारी न आरजू है न जुस्तजू है।
हम राजी हैं उसमें, जिसमें तेरी रजा है ।।

ॐ शांति... ॐ शांति... ॐ शांति...

- आशाराम

******

मोटेरा आश्रम, साबरमती, अहमदाबाद

दि. : २७-२-१९७४

परम पूज्य मेरे मधुर आत्मदेव श्री श्री लालाराम,

मोटी कोरल (बड़ौदा के निकट)

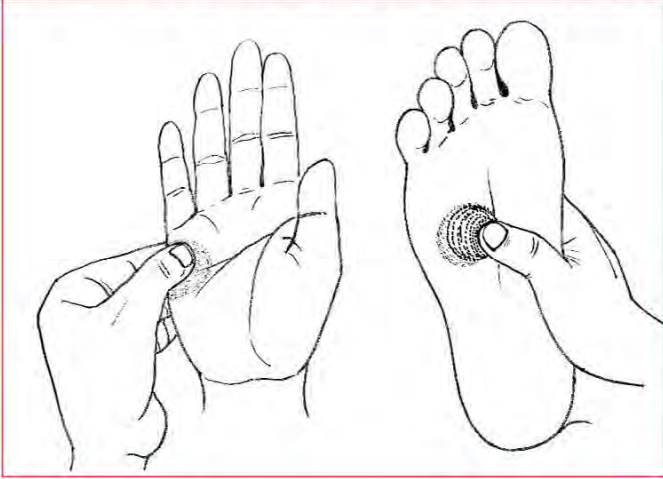
आपश्री का कृपा-पत्र अभी मिला। धन्य है भारतभूमि ! जो सच्चे आत्मचिंतकों, श्रीराम-भक्तों, रामस्वरूपों को जन्म देती है।

अब मौन और एकांत बहुत प्रिय लग रहा है। तथापि ऋषि-परम्परा को समझनेवाले बहुत लोग कहते हैं कि 'अभी आपको अपनी संस्कृति का प्रचार करके डूबते हुए जनसमूह को संसाररूपी सागर में तैरने के लिए नौकारूप बनना अत्यंत आवश्यक है।' मुझे तो अंतर की आज्ञा सब ठीक करा रही है। ॐ... ॐ... राम... राम..

- आशाराम

******

यकृत-रोगों का एक्यूप्रेशर द्वारा उपचार

यकृत (लीवर) मनुष्य-शरीर की सबसे बड़ी व उपयोगी ग्रंथि है। इसमें गुणकारी पाचक रस 'पित्त' की उत्पत्ति होती है। वर्तमान परिवेश में दूषित जल, अनियमित भोजन, रात को देर तक जागरण तथा भोजन में पचने में भारी, खट्टे, उष्ण, तले हुए, मिर्च-मसालेदार व मैदे से बने व्यंजनों के समावेश

तथा रिफाइंड तेल, शराब, चाय-कॉफी, मांसाहार, फास्टफूड व नशीले पदार्थों के सेवन से यकृत-रोगों की समस्या विकराल रूप लेती जा रही है। पीलिया, हिपेटाइटिस, लीवर कैंसर, लीवर सिरोसिस, जलोदर, यकृतवृद्धि आदि १०० से भी अधिक यकृत-संबंधी रोग हैं। इनमें एक्यूप्रेशर पद्धति के अनुसार नीचे दिये बिंदुओं पर दबाव देकर स्वास्थ्य-लाभ प्राप्त कर सकते हैं।

प्रतिबिम्ब केन्द्र : दायें पैर तथा दायें हाथ में चित्र में दर्शाये गये बिंदुओं पर दबाव दें।

विशेष : इन बिंदुओं पर दिन में २-३ बार दबाव दें। प्रत्येक केन्द्र पर दिनभर में ५ से १० मिनट तक दबाव दे सकते हैं। दबाव का तरीका : २-३ सेकंड तक दबायें, फिर ढीला छोड़ें, यह क्रम पुनः दोहरायें। उपरोक्त बिंदुओं के अलावा थाइरॉइड, पैराथाइरॉइड, गुर्दों, पित्ताशय, तिल्ली, लसिकातंत्र व स्नायु-संस्थान के प्रतिबिम्ब केन्द्रों पर भी दबाव देना चाहिए क्योंकि ये ग्रंथियाँ तथा अवयव किसी-न-किसी प्रकार से यकृत के रोगों से संबंधित होते हैं। (प्रतिबिम्ब केन्द्रों की जानकारी के लिए देखें - आश्रम द्वारा प्रकाशित पुस्तक आरोग्यनिधि, भाग-१, पृष्ठ १७४)

यकृत के रोगियों के अलावा अन्य लोग भी यकृत को स्वस्थ रखने के लिए उपरोक्त कारणों का त्याग करते हुए इन बिंदुओं पर दबाव दे सकते हैं। विरुद्ध आहार (जैसे दूध के साथ फल, खट्टे या नमकयुक्त पदार्थों आदि का सेवन) न हो इसकी सावधानी रखनी चाहिए।

विस्तृत जानकारी के लिए कुशल एक्यूप्रेशर चिकित्सक की सलाह ले सकते हैं।

→

मोटेरा आश्रम, साबरमती, अहमदाबाद

दि. : ३०-०३-१९७४

परम पूज्य श्री लालजी महाराज,

मोटी कोरल (बड़ौदा के निकट)

आपश्री की पवित्र याद बार-बार आया करती है। प्रवृत्तिवाला जीवन जीने की इच्छा न होने पर भी जीना पड़ता है। पूज्य गुरुदेव की जयंती महोत्सव बीतने के बाद चैत्र शुक्ल द्वितीया, श्री वरुण अवतार दिवस सिंधी भाइयों के भाव से आश्रम में मनाने का आयोजन किया। इसमें ४-५ हजार लोगों के भोजन तथा हरि-कीर्तन, भजन, सत्संग तथा अन्य धार्मिक प्रवृत्ति जैसे कि ब्राह्मण बालकों के समूह का ब्राह्मण द्वारा उपनयन संस्कार किया गया। ३-४ विवाह कार्यक्रम सादे जीवन को ध्यान में रखकर आश्रम द्वारा कराये गये।

इससे पूरे अहमदाबाद के सिंधी भाइयों में प्रेम, सरलता, सादगी, श्रद्धा, परोपकार, परस्पर मित्र भावना की वृद्धि देखने में आयी। अब आबू में निवृत्ति का आनंद मनाने का प्रयास करूँगा।

- आशाराम

नारदजी के गुणों को धारण करने की इच्छा देती है जीवन जीने की सही शिक्षा

(गतांक से आगे)

सबके हितैषी व मार्गदर्शक नारदजी

भगवान श्रीकृष्ण राजा उग्रसेन से कहते हैं : ''राजन् ! नारदजी लोभ अथवा किसी कामना के वश अपनी बात नहीं पलटते । बात करते-करते कुछ बोल जाते हैं तो तुरंत बोलते हैं कि 'यह बात ऐसी नहीं, ऐसी थी ।' कितनी सच्चाई है नारदजी की ! सुननेवाले नारदजी पर कुर्बान हो जाते हैं।

उग्रसेन ! देवता हमको मानते हैं लेकिन दैत्य हमें पराया मानते हैं, वे हमसे परहेज करते हैं, पापी और पातकी हमसे डरते हैं लेकिन देवर्षि नारदजी से कोई परायापन नहीं मानता । पापी अथवा धर्मात्मा-महात्मा हों, देव, गंधर्व या राक्षस हों अथवा ऋषि-मुनि हों, नारदजी सबको अपने लगते हैं । दैत्यों को दैत्यों के गुरु अपने लगते हैं, देवताओं को देवताओं के गुरु अपने लगते हैं और देवताओं के गुरुओं को देवता अपने लगते हैं, दैत्यों के गुरुओं को दैत्य अपने लगते हैं लेकिन नारदजी ऐसे तत्त्व में जगे हैं कि उनको सब अपने स्वरूप लगते हैं।

नारदजी सरल भी ऐसे हैं कि बालकों के साथ बालक की नाईं, लोगों को प्रणाम करने और उनके आगे झुकने में नारदजी को संकोच नहीं होता कि 'मैं इतनी शक्तियों का स्वामी हूँ ! वेदव्यासजी मेरा आदर करते हैं ! श्रीकृष्ण उठ खड़े होते हैं ! तो सामनेवाला बोले फिर मैं बोलूँ ।' नहीं, नारदजी अपनी तरफ से ही बात शुरू कर देते हैं । सामनेवाले के संकोच को उभरने ही नहीं देते । सबको निःसंकोच नारायण का रूप जानते हैं।

वे लोभ, काम, अहंकार या स्वार्थ से प्रेरित होकर बात नहीं करते हैं, सर्वमंगल व सर्वहितकारी बात करते हैं । लोग वर्तमान में चिंतामुक्त, अहंकारमुक्त, भूतकाल के दुःख और शोक से मुक्त हो जायें और भविष्य उनका उज्ज्वल हो, यह दिव्यता नारदजी के उपदेश में या नजरिये में सदा समायी रहती है।

नारदजी में एक यह विशेषता थी कि किसीकी कोई गोपनीय बात आम आदमी के आगे नहीं कहते थे । किसीके दोष ढकने में नारदजी बड़े चतुर थे, बड़े कुशल थे।

और सबकी भलाई से उनका हृदय सम्पन्न है। किसीका अप्रिय हो तो तुरंत वे उसका अप्रिय रोकने के लिए उसके पास चले जाते हैं, उपदेश दे देते हैं। बिना पूछे, बिना कहे भी बताना उनका सहज स्वभाव है । अधिकारी है या नहीं है, पात्र है, अपात्र है... वे सोचते नहीं। किसीका अहित होता होगा तो नारदजी रोक देंगे, टोक देंगे और हित की बात पूछे-न पूछे, बता देंगे। ऐसे सद्गुण से सम्पन्न हैं देवर्षि नारदजी।

राजन् ! तुम्हें सुनकर बड़ी प्रसन्नता होगी कि नारदजी अपनी प्रशंसा से प्रसन्न नहीं होते, प्रशंसक को रोक देते हैं। अपनी प्रशंसा के चाहक नहीं, सामनेवाले के मंगल के चाहक हैं। उनकी वाणी सारगर्भित है, सत्यसम्पन्न और सहज, सरल है। सामनेवाला सुखपूर्वक, सहज में समझ सके ऐसी अद्भुत, मधुर, हितकारी वाणी के वे धनी हैं।'' (क्रमशः)

स्वर्ण पदक तो पाया, अब परम पद पाना है

मैंने पूज्य बापूजी से सारस्वत्य व गुरुमंत्र की दीक्षा ली है । मंत्रदीक्षा से पहले परीक्षा में मेरे ५० प्रतिशत अंक ही आते थे । बाद में मैं प्रतिदिन मंत्रजप और श्रीगुरुगीता का पाठ करने लगी । मंत्रजप से मेरी बौद्धिक क्षमता का तेजी से विकास हुआ । मैंने पूज्य बापूजी की कृपा से बी.ए. की परीक्षा में पूरे नागपुर विश्वविद्यालय में प्रथम स्थान प्राप्त किया ।

नागपुर विश्वविद्यालय के दीक्षांत समारोह में महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री श्री देवेन्द्र फडणवीस ने आठ स्वर्णपदक व पुरस्कार देकर मुझे सम्मानित किया । एक अन्य समारोह में भारत के राष्ट्रपति माननीय श्री प्रणब मुखर्जी ने भी स्वर्ण पदक तथा प्रशस्ति-पत्र प्रदान कर मुझे सम्मानित किया । इस अवसर पर मैंने राष्ट्रपतिजी को निर्दोष बापूजी की रिहाई हेतु ज्ञापन भी दिया । बापूजी ने हमें संयम का पाठ पढ़ाया, सन्मार्ग पर चलना सिखाया, ऐसे महापुरुष पर अब अत्याचार बंद हो । हम जैसी लाखों बालिकाओं की भी पुकार सुनी जानी चाहिए । साजिश का पर्दाफाश होना चाहिए । हे गुरुदेव ! मुझे बाह्य सफलताएँ तो मिलीं, अब तो बस ईश्वरप्राप्ति की प्यास व आस है ।

- कु. प्रियंका प्रकाश कावड़े, गोंदिया (महा.), सचल दूरभाष : ८८५६८११२२३

सच्चे दिल की पुकार सुनते हैं बापू

हर शनिवार की तरह २८ मार्च २०१५ को भी मैं पूज्य बापूजी के करकमलों से प्रज्वलित 'अखंड ज्योति' को पूजन के बाद एक साधक के यहाँ से दूसरे साधक के घर ले जा रहा था । गंतव्य पर पहुँचकर उतरते समय मैं अपना बैग ऑटो में ही भूल गया । उसमें आसन, माला, आरती का पैसा तथा अन्य सामान था ।

ज्योति स्थापना के बाद याद आया कि बैग छूट गया । ऑटोवाले का सम्पर्क नम्बर भी नहीं था । मैंने गुरुदेव से प्रार्थना की : 'हे गुरुदेव ! अब आप ही बैग वापस दिला सकते हैं ।...' श्री आशारामायणजी का पाठ करके घर आया । रात को सोते समय फिर सच्चे मन से प्रार्थना की : 'बापू ! उसमें आरती का पैसा है, उसे लेने से ऑटोवाले का अहित होगा और मुझे भी पाप लगेगा, आप हम दोनों की रक्षा कीजिये ।'

बैग में मेरा ड्रायविंग लाइसेंस था । उसके सहारे दूसरे दिन वह ऑटोवाला मेरा घर खोजते-खोजते बैग लौटाने आया । मैंने उससे पूछा : ''आपके मन में लालच नहीं आया ?''

मेरे घर की दीवाल पर लगी बापूजी की तस्वीर को देखकर बोला : ''ये बाबाजी मेरे सपने में आये थे । बोले, यह बैग जिसका है उसके पास जल्दी पहुँचा दे, वरना तुझे बहुत दुःख सहना पड़ेगा ।''

भक्तों के रक्षक, करुणा-वरुणालय पूज्य गुरुदेव को मेरे अनंत प्रणाम !

- राजकुमार यादव, बेंगलुरु, सचल दूरभाष : ९९१६५९१२०६

'ऋषि प्रसाद' पत्रिका से संबंधित सभी प्रकार का पत्र-व्यवहार 'ऋषि प्रसाद, संत श्री आशारामजी आश्रम, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५' के पते पर ही करें, अन्य पते पर न करें । पत्र-व्यवहार करते समय अपना रसीद क्रमांक अथवा सदस्यता क्रमांक अवश्य लिखें । ई-मेल भी कर सकते है।

ashramindia@ashram.org contact@rishiprasad.org

स्वास्थ्य-हितकारी कुम्हड़ा

मधुर, शीतल, त्रिदोषहर (विशेषतः पित्तशामक), बल-शुक्रवर्धक, शरीर को हृष्ट-पुष्ट बनानेवाला तथा अल्प मूल्य में सभी जगह सुलभ कुम्हड़ा गर्मियों में विशेष सेवनीय है।

कुम्हड़ा मस्तिष्क को बल व शांति प्रदान करता है। यह धारणाशक्ति को बढ़ाकर बुद्धि को स्थिर करता है। यह अनेक मनोविकार जैसे स्मृति-ह्रास, क्रोध, विभ्रम, उद्वेग, मानसिक अवसाद, असंतुलन, चिड़चिड़ापन, अनिद्रा, उन्माद, मिर्गी तथा मस्तिष्क की दुर्बलता में अत्यंत लाभदायी है। हृदयरोग व नेत्ररोगों में भी हितकारी है। कुम्हड़े के बीजों में बादाम के समान शक्तिदायी मौलिक तत्त्व पाये जाते हैं। इसके बीज कृमिनाशक हैं। ये सभी गुण पके हुए कुम्हड़े में ही पाये जाते हैं।

पित्तप्रधान अनेक रोगों, जैसे आंतरिक दाह, जलन, अत्यधिक प्यास, अम्लपित्त (एसिडिटी), बवासीर, पुराना बुखार, रक्तपित्त (मुँह, नाक, योनि आदि के द्वारा रक्तस्राव होना) में कुम्हड़ा खूब उपयोगी है। यह कब्ज को भी दूर करता है। पुराने बुखार से जिनके शरीर में हरारत (हलका ज्वर, ताप, गर्मी) रहती है या जिन महिलाओं को लौह तत्त्व की कमी से रक्ताल्पता हो जाती है, उनके लिए यह खूब फायदेमंद है।

उपरोक्त व्याधियों में कुम्हड़े के रस में मिश्री मिला के सुबह-शाम पीने से या घी में सब्जी बनाकर खाने से लाभ होता है।

रस की मात्रा : २० से ५० मि.ली.

बलवर्धक हलवा

कुम्हड़े को उबाल के थोड़ी-सी मिश्री तथा इलायची मिलाकर घी में हलवा बना लें। यह हलवा उत्तम पित्तशामक तथा बलवर्धक है। यह उपरोक्त मानसिक तथा पित्तजन्य विकारों में खूब लाभदायी है। दुर्बल बालकों तथा महिलाओं के लिए भी यह फायदेमंद है। इसमें कुम्हड़े के बीज भी डाल सकते हैं।

सावधानियाँ : कुम्हड़े को उबालकर फिर सब्जी बनायें। इसका उपयोग अधिक मात्रा में नहीं करें। कच्चा, कोमल (हरा) अथवा पुराना कुम्हड़ा हानि करता है। जोड़ों के दर्द तथा कफजन्य विकारों में इसका उपयोग नहीं करना चाहिए।

ग्रीष्मकालीन व्याधियों में उपयोगी प्रयोग

पेशाब की जलन व रुकावट :

एक कपड़े को ठंडे पानी में भिगोकर निचोड़ लें। फिर इसे तह करके नाभि के नीचेवाले हिस्से (पेड़ू) पर वस्त्र हटा के रखें। कपड़े को उलटते-पलटते रहें। कपड़ा गर्म हो जाय तो फिर से ठंडे पानी में भिगो के रखें। लेटकर १५-२० मिनट यह प्रयोग करें।

ककड़ी, खरबूजा, नारियल पानी, नींबू की शिकंजी आदि का सेवन करें। शिकंजी में धनिया, सौंफ व जीरे का चूर्ण मिलाकर लें। यथासम्भव हर घंटे-डेढ़ घंटे में आधा या एक गिलास सामान्य ठंडा पानी पीते रहें। इससे गर्मी के कारण होनेवाली पेशाब की जलन व रुकावट दूर हो जाती है।

पुनर्नवा (साटोड़ी) की गोली या सब्जी खाने से अथवा उसके रस का उपयोग करने से पेशाब व गुर्दे संबंधी तकलीफों में आराम होता है। गोखरू का रस व वरुणादि क्वाथ भी उपयोग में ले सकते हैं।

गर्मियों में लें दूध का भरपूर लाभ

देशी गाय के दूध के शीतल, स्निग्ध गुण से गर्मियों में शरीर में उत्पन्न उष्णता व त्वचा की रुक्षता का शमन होता है। गौदुग्ध पीने से तो अनेकानेक लाभ होते ही हैं, साथ ही इसका बाह्य उपयोग भी बहुत लाभकारी है। गर्मियों में सूर्य की दाहक किरणों से त्वचा व आँखों की रक्षा के लिए निम्नलिखित प्राकृतिक उपाय अधिक उपयोगी, अल्प मूल्यवाले एवं सुलभ साबित होंगे।

कुछ सरल प्रयोग

✻ २ चम्मच कच्चे दूध में २ चम्मच पानी मिला लें और उसमें रूई का फाहा डुबोकर आँखों पर रखें। इससे आँखों की गर्मी व कचरा निकल जाता है, स्निग्धता आती है तथा पोषक तत्त्वों की भी प्राप्ति होती है। थोड़ी देर बाद पानी से आँखें धो लें।

✻ गाय के दूध में प्रोटीन, कैल्शियम और चिकनाई से भरपूर तत्त्व पाये जाते हैं। गाय के दूध के सेवन तथा चेहरे पर लगाने से त्वचा मुलायम बनती है, उस पर चमक आती है एवं झुर्रियों से छुटकारा मिलता है।

✻ रात को सोने से पहले चेहरे की त्वचा को कच्चे दूध से साफ करने से दाग-धब्बे कम हो जाते हैं।

✻ कच्चे दूध में गुलाबजल मिलाकर शरीर पर लगाने से भी त्वचा मुलायम होती है।

✻ मुलतानी मिट्टी को कच्चे दूध में मिलाकर लेप करने से शीतलता बनी रहती है व गर्मी के प्रभाव से शरीर की रक्षा होती है।

ग्रीष्म ऋतु में तृप्तिकारक पेय : सत्तू

सत्तू मधुर, शीतल, बलदायक, कफ-पित्तनाशक, भूख व प्यास मिटानेवाला तथा श्रमनाशक (धूप, श्रम, चलने के कारण आयी हुई थकान को मिटानेवाला) है।

सक्तवो वातला रूक्षा बहुवर्चोऽनुलोमिनः।
तर्पयन्ति नरं सद्यः पीताः सद्योबलाश्च ते॥

(चरक संहिता, सूत्रस्थानम् : २७.२६३)

'सभी प्रकार के सत्तू वातकारक, रूखे, मल निकालनेवाले, दोषों का अनुलोमन करनेवाले, शीघ्र बलदायक और घोल के पीने पर शीघ्र तृप्ति देनेवाले हैं।'

सत्तू को ठंडे पानी (मटके आदि का हो, फ्रीज का नहीं) में मध्यम पतला घोल बना के मिश्री मिला के लेना चाहिए। शुद्ध घी मिला के पीना बहुत लाभदायक होता है।

३ भाग चने (भुने, छिलके निकले हुए) व १ भाग भुने जौ को पीस व छान के बनाया गया सत्तू उत्तम माना जाता है। केवल चने या जौ का भी सत्तू बना सकते हैं।

प्रकृति का अनमोल उपहार घृतकुमारी रस (एलोवेरा जूस)

(ऑरेंज फ्लेवर में)

यह त्रिदोषनाशक, जठराग्नि-वर्धक, यकृत (लीवर) के लिए वरदानरूप, विविध त्वचाविकारों, पीलिया, रक्ताल्पता, कफज ज्वर, खाँसी, तिल्ली की वृद्धि, नेत्र व स्त्री रोग, विसर्प, वातरक्त (गाउट), जलोदर, सूजन, आंतरिक जलन आदि में लाभदायी है।

पूरे परिवार के उत्तम स्वास्थ्य के लिए आँवला कैंडी एवं तुलसी आदि टॉफियाँ

सेहत और स्वाद का संगम

ताजे आँवलों से तैयार की गयी यह स्वादिष्ट, ताकतवर कैंडी विटामिन 'सी' से भरपूर है। यह उत्तम स्वास्थ्यवर्धक कैंडी बच्चों को बाजारू टॉफियों से बचाती है। चॉकलेट हानिकारक है । इससे तुलसी टॉफी हितकारी है । सेब, संतरे की टॉफी और आँवला कैंडी भी हितकारी है। अपने को तथा बच्चों को बीमारियों से बचायें, स्वास्थ्य बढ़ायें।

आग भी जला न सकी

३० मार्च २०१५ की बात है। मैं शाम को इमरजेंसी लाइट चार्जिंग पर लगाकर सत्संग सुनने चला गया। जब साढ़े छः बजे आकर दरवाजा खोला तो देखा कि आग लगी हुई है, पूरा कमरा धुएँ से भरा है । मैं चौकीदार को बुलाने जा रहा था तब धमाके के साथ खिड़की का काँच टूटने की आवाज आयी, जिसे सुनकर बहुत-से लोग आ गये, आग बुझायी। आग की गर्मी से ट्यूबलाइट व बल्ब पिघल गये, कमरे का फर्श टूट गया, कुर्सी, मेज, कपड़े आदि सब कुछ जल चुके थे परंतु जिस लकड़ी के मंदिर में पूज्य बापूजी का श्रीचित्र, गुरुमंत्र-जप की माला, पूजा का सामान, रुपये, पासबुक आदि था, वह बिल्कुल सुरक्षित था।

इमारत के लोगों ने जब पूरे जले हुए घर में सुरक्षित लकड़ी का मंदिर देखा तो उनके भी आश्चर्य का ठिकाना न रहा और गद्गद हो के कहने लगे : ''लगता है अग्निदेव भी गुरुदेव के श्रीचित्र का आदर करते हैं। कैसी महिमा है भगवत्स्वरूप महापुरुषों की !''

- वीर बहादुर प्रसाद, हरिद्वार, सचल दूरभाष : ९४५३०२५१०८

(पृष्ठ २६ 'नवजात..'का शेष) तेरा जन्म अपने स्वरूप को जानकर संसार के बंधनों से मुक्त होने के लिए ही हुआ है। इसलिए तू बहादुर बन, हिम्मतवान हो। अपने में छुपी अपार शक्तियों को जागृत कर। तू सब कुछ करने में समर्थ है।'

इस प्रकार के आत्मज्ञान, नीति व शौर्य के संस्कार इस समय बालक को दिये जायें तो वे हमेशा के लिए उसके जीवन में दृढ़ हो जाते हैं।

शिशु के जन्म के प्रथम महीने के आखिरी दिनों में उसे सूर्य की कोमल किरणों का स्नान करायें और रात को चन्द्रदर्शन करा के कुछ समय चाँदनी में रखें। (क्रमशः)

ऐसे मनाया गया पूज्य बापूजी का अवतरण दिवस

पूज्य बापूजी का अवतरण दिवस पिछले अनेक वर्षों से 'विश्व सेवा-सत्संग दिवस' के रूप में व्यापक स्तर पर मनाया जाता रहा है।

इस वर्ष अवतरण दिवस के निमित्त पूज्यश्री द्वारा दिये गये संदेश को शिरोधार्य कर देश-विदेश के सभी आश्रमों, समितियों, युवा सेवा संघों, बाल संस्कार केन्द्रों, महिला उत्थान मंडलों तथा असंख्य साधकों ने अपने-अपने क्षेत्रों में गरीबों में भंडारे व जीवनोपयोगी वस्तुओं का वितरण, शरबत व छाछ वितरण, मरीजों में फल-वितरण, संकीर्तन यात्राएँ, सामूहिक जप-अनुष्ठान, हवन, गौशालाओं में गायों को चारा खिलाना आदि विविध सेवाकार्य बड़े जोर-शोर से करके पूज्यश्री का अवतरण दिवस मनाया। कैलिफोर्निया में बेघर और निराश्रितों में भंडारा किया गया। वॉटसनविले (यूएसए) व दुबई में भंडारे एवं संकीर्तन यात्रा का आयोजन किया गया।

जोधपुर में 'युवा सेवा संघ' के तत्त्वावधान में अवतरण दिवस पर अभूतपूर्व 'सफाई अभियान' हुआ। देश-विदेश से पहुँचे हजारों साधक जब सफाई में जुटे तो कुछ ही घंटों में शहर का नजारा बदल गया। शाम को संकीर्तन यात्रा निकालकर साधकों ने शहर में सहानुभूति, सज्जनता व सद्भाव का माहौल बना दिया, जिससे वैचारिक प्रदूषण भी दूर हुआ। इस यात्रा के माध्यम से साधकों ने अपने सद्गुरुदेव की निर्दोषता का संदेश भी दिया। दूसरे दिन जोधपुर आश्रम में आसपास से आये सैकड़ों गरीब परिवारों को एक साथ बैठाकर भगवन्नाम संकीर्तन कराया गया। उनको तम्बाकू, गुटका, शराब आदि व्यसन छोड़ने का संकल्प कराया गया। इन गरीबों हेतु विशाल भंडारा हुआ तथा उन्हें बर्तन, कपड़े, अनाज, चप्पल आदि वस्तुओं के साथ नकद रुपये भी दिये गये। गौशालाओं में गायों को हरा चारा और गुड़मिश्रित पाक खिलाया गया तथा शहर में मिठाई, पूड़ी, छोले, शरबत, छाछ का वितरण किया गया। बापूजी के साधकों का प्रेम व अपनापन देखकर सभी लोग भावविभोर हो गये और कहने लगे कि 'जिनके मार्गदर्शन की वजह से उनके शिष्य इतने सज्जन व सेवाभावी हैं तो वे गुरु स्वयं कैसे होंगे ! हमारी ईश्वर से प्रार्थना है कि बापूजी जल्दी बाहर आयें।' अहमदाबाद शहर में विशाल संकीर्तन यात्रा निकाली गयी तथा आश्रम में हवन-यज्ञ हुआ। साथ ही शहर की गरीब बस्तियों में भंडारे भी हुए।

गरीबों में भंडारे व जीवनोपयोगी वस्तुओं का वितरण

ग्वालियर आश्रम द्वारा आदिवासी क्षेत्रों में भजन-कीर्तन कराया गया तथा गरीब महिलाओं में साड़ियाँ बाँटी गयीं एवं आँवला रस की बोतलें, 'नशे से सावधान' पुस्तक व प्रसाद वितरित किया गया।

रोहतक (हरि.), जामनगर, इसनपुर-अहमदाबाद, बारडोली, वलसाड (गुज.), सीहोर, खरगोन, बैतूल, कटनी (म.प्र.), नोएडा, गोरखपुर, सुल्तानपुर (उ.प्र.), रायपुर (छ.ग.), द्वारका-दिल्ली, अजमेर (राज.), चांदवड, प्रकाशा, अकोट, नांदेड़ (महा.), बाड़मेर (राज.), पटना (बिहार), पटियाला, लुधियाना (पंजाब), कालाहांडी (ओड़िशा) सहित सैकड़ों स्थानों पर गरीबों में भंडारे हुए तथा रोजमर्रा की वस्तुएँ बाँटी गयीं । करोलबाग चौक, दिल्ली में भंडारा व छाछ-वितरण हुआ । जमलापाडा (गुज.) आदिवासी क्षेत्र तथा बलिया (उ.प्र.) के गरीबों में भंडारा हुआ तथा अनाज, बर्तन, फल आदि वितरित किये गये । वनियामबाड़ी (तमिलनाडु) के मजदूरों में गर्म भोजन के डिब्बे बाँटे गये । छिंदवाड़ा में मरीजों को फल तथा गरीबों में बर्तन, मिठाई, प्रसाद आदि वितरित हुए । लखनऊ में अनाज-वितरण हुआ तथा उन्हें विशेष कार्ड बनाकर दिये गये, जिनके द्वारा उन्हें प्रति माह निःशुल्क अनाज बाँटा जायेगा ।

जल प्याउओं का शुभारम्भ व शरबत-वितरण

देशभर में अनेकानेक स्थानों पर अवतरण दिवस से प्याऊ शुरू किये गये । पंडरी तराई (रायपुर) में प्याऊ शुरू हुआ । मुंबई में अवतरण दिवस पर ३० से ज्यादा स्थानों पर छाछ-वितरण किया गया । हरिद्वार, जंतर-मंतर (दिल्ली), दमोह (म.प्र.), पुणे, मालेगाँव, अमरावती, अकोट (महा.) आदि अनेक स्थानों में छाछ व शरबत वितरण किया गया ।

विविध सेवाकार्य

देवास (म.प्र.), माँजलगाँव (महा.) में अस्पतालों में फल-वितरण, चंडीगढ़ में नोटबुक-वितरण, मोटा माचियाला (गुज.) में टोपी, सत्साहित्य एवं प्रसाद वितरण तथा हांसी (हरि.) में वृक्षारोपण किया गया ।

अवतरण दिवस पर देश के विभिन्न स्थानों में पूज्य बापूजी की शीघ्र रिहाई, दीर्घायु व उत्तम स्वास्थ्य हेतु महामृत्युंजय मंत्र-जप, श्री आशारामायणजी का पाठ व सामूहिक हवन हुए । मैनपुरी (उ.प्र.), भिलाई (छ.ग.) तथा जालंधर (पंजाब) में महिला उत्थान मंडलों द्वारा जिलाधीशों को ज्ञापन सौंपकर बापूजी कि रिहाई की माँग की गयी ।

(पृष्ठ ७ 'यह केस उसी षडयंत्र...' का शेष) अमृत प्रजापति, महेन्द्र चावला, राजू चांडक आदि ने मीडिया में ऐसे झूठे बयान दिये कि 'आश्रम में तांत्रिक विधि होती है।'

उस समय सी.आई.डी. क्राइम के डिटेक्टिव पुलिस इंस्पेक्टर ने अखबारों में यह सूचना छपवायी थी कि 'जिस-किसीको आश्रम की कोई भी अनैतिक गतिविधियों के बारे में कुछ भी पता हो तो वे आकर हमें बतायें। उनके नाम गुप्त रखे जायेंगे और उन्हें इनाम भी दिया जायेगा।' पर कोई भी बयान देने नहीं आया। यह बात जाँच अधिकारी ने गुजरात उच्च न्यायालय के समक्ष दिये शपथपत्र में कही है। साथ में यह भी कहा है कि वे और उनके उच्च अधिकारी श्री जी.एस. मलिक (डी.आई.जी. क्राइम), एफ.एस.एल. के अधिकारी, फोटोग्राफर, विडियोग्राफर ने जाकर पूरे आश्रम के एक-एक कमरे एवं चप्पे-चप्पे की जाँच की पर तांत्रिक विधि के संदर्भ में कोई भी सबूत प्राप्त नहीं हुए। सर्वोच्च न्यायालय में भी इस मुद्दे पर कहा गया था कि 'आश्रम में किसी प्रकार के कोई भी तांत्रिक विधि के सबूत प्राप्त नहीं हुए।' इन्हीं षड्यंत्रकारियों ने उस समय इस मुद्दे को जोर-शोर से उछाला था, जो अंततः झूठा साबित हुआ।

* ८ अगस्त २००८ को अमृत प्रजापति, महेन्द्र चावला, राजू चांडक आदि ने मिल के आश्रम में बापूजी के नाम से फैक्स किया कि 'एक सप्ताह के अंदर हमें ५० करोड़ रुपये दे दो अन्यथा तुम और तुम्हारा परिवार जेल की हवा खाने को तैयार हो जाओ। बनावटी मुद्दे तैयार हैं, तुम्हें पैसों की हेराफेरी में, जमीनों एवं लड़कियों के झूठे केसों में फँसायेंगे।'

* उसके बाद अब तक कई बार ऐसे प्रयास किये गये, कई लड़कियों को भी भेजा गया पर उनके प्रयास असफल रहे। यह केस भी उसी षड्यंत्र की एक कड़ी है। यह उनकी कार्यप्रणाली है।

* दिल्ली का एक व्यक्ति इन षड्यंत्रकारियों के बीच घुस गया था एवं उनके द्वारा किस प्रकार से लड़कियों को तैयार किया जाता है और क्या-क्या षड्यंत्र चल रहे हैं, उसका स्टिंग ऑपरेशन किया था। उसके बाद इनके षड्यंत्र की पोल खुल गयी थी।

* इन सभी षड्यंत्रकारियों के लिए बापूजी ने कई बार जाहिर सत्संग में कहा है और लोगों को सावधान किया है। न्यायालय में वर्ष २०१० में हुए बापूजी के सत्संग की सी.डी. भी चलायी गयी थी, जिसमें बापूजी ने जाहिर में यह बात कही है कि किस तरह से उन्हें फँसाने के लिए लड़कियों को उनके पास भेजा जाता था एवं पैसों के बारे में भी फँसाने का प्रयास किया गया था।

* महेन्द्र चावला को वीणा चौहान नामक महिला ने आश्रम में रेकी (मुआयना) करने एवं आश्रम के बारे में जानकारी प्राप्त करने हेतु भेजा था और इसी साजिश के तहत उसने झूठे बयान दिये हैं।

* राजू चांडक को गौशाला के पैसों में गबन करने के कारण आश्रम से निकाला गया था।

इसलिए इन लोगों तथा धर्मांतरणवालों ने एकजुट होकर आश्रम के विरुद्ध षड्यंत्र किया।

****

(पृष्ठ ५ 'बापूजी ने जीने कासही ढंग का...' का शेष) अतः तुम रात्रि में सोते समय उन्हींकी स्मृति में जाओ। उनमें प्रेमभाव होना चाहिए। उन्हींसे प्रार्थना करो, दृढ़ संकल्प करो।

यदि सुबह आपकी नींद नहीं खुलती है अथवा अपने-आप नहीं उठ सकते हैं तो रात को सोते समय अपनी परछाईं को ३ बार बोल दो कि 'मुझे ३ से ५ बजे के बीच प्राणायाम करने हैं, तुम मुझे ४ बजे जगा देना।' है तो तुम्हारी छाया लेकिन ऐसा कहोगे तो नींद खुल जायेगी। फिर उस समय आलस्य नहीं करना। अपने कहे अनुसार छाया ने कर दिया तो उसका फायदा उठाओ।

यदि आपने इस युक्ति का आश्रय लिया और आलस्य का त्याग किया तो फिर कुछ दिनों में आप बिना किसीकी सहायता के स्वयं उठने लगोगे।''

(क्रमशः)

अवतरण दिवस पर पूज्य बापूजी का कल्याणकारी दिव्य संदेश तथा सेवा-सुवास को समाज तक पहुँचाती संकीर्तन यात्राएँ

लुधियाना (पंजाब) देहरादून (उत्तराखंड) गाजियाबाद (उ.प्र.) दिल्ली

कलोल, जि. गांधीनगर (गुज.) पठानकोट (पंजाब) मेरठ (उ.प्र.) रेवाड़ी (हरि.)

झाँसी (उ.प्र.) छिंदवाड़ा (म.प्र.) मोहाली (पंजाब) रायबरेली (उ.प्र.)

चंडीगढ़ देवास (म.प्र.) अजमेर (राज.) रायपुर (छ.ग.)

ओंजल, जि. नवसारी (गुज.) कोलकाता पारडी-नागपुर बाड़मेर (राज.)

भीलवाड़ा (राज.) इंदौर जयपुर प्रयागराज

चांदवड, जि. नासिक बिलासपुर (छ.ग.) पटियाला (पंजाब) पीथमपुर, जि. धार (म.प्र.)

कटक (ओड़िशा) पाली, जि. कोरबा (छ.ग.) जबलपुर (म.प्र.) भुवनेश्वर

सोलन (हि.प्र.) सिधौली, जि. सीतापुर (उ.प्र.) पंडरी-रायपुर (छ.ग.) धनबाद (झारखंड)

अवतरण दिवस पर पूज्य बापूजी की दीर्घायु, स्वास्थ्य व विश्व-मांगल्य के लिए हवन

लुधियाना (पंजाब) फर्रुखाबाद (उ.प्र.) कटनी (म.प्र.)

परली वैजनाथ (महा.) भदोही (उ.प्र.) दिवड़ा कॉलोनी (गुज.)

बाहरी सफाई के साथ भीतरी सफाई। समाज में सहानुभूति, सज्जनता व सद्भाव सम्पन्न माहौल का निर्माण।

जोधपुर गाजियाबाद

स्थानाभाव के कारण सभी तस्वीरें नहीं दे पा रहे हैं। अन्य अनेक तस्वीरों हेतु वेबसाइट www.ashram.org/sewa देखें।

देश के प्रधानमंत्रियों के उद्‌गार

RNP. No. GAMC 1132/2015-17
(Issued by SSPOs Ahd, valid upto 31-12-2017)
Licence to Post without Pre-payment.
WPP No. 08/15-17
(Issued by CPMG UK. valid upto 31-12-2017)
RNI No. 48873/91
DL (C)-01/1130/2015-17
WPP LIC No. U (C)-232/2015-17
MNW-57/2015-17
'D' No. MR/TECH/47.6/2015
Date of Publication: 1st May 2015

''पूज्य बापूजी सारे देश में भ्रमण करके जागरण का शंखनाद कर रहे हैं, संस्कार दे रहे हैं। हमारी जो प्राचीन धरोहर थी, उसको हमारी आँखों में ज्ञान का अंजन लगाकर फिर से हमारे सामने रख रहे हैं। बापूजी का प्रवचन सुनकर बड़ा बल मिला है।''

– भारतरत्न श्री अटल बिहारी वाजपेयी

''पूज्य बापूजी ! मानव-कल्याण के इस तपश्चर्या-यज्ञ में जो संस्कार की दिव्य ज्योति प्रकट हुई है, उसके प्रकाश में मैं और जनता – सब चलते रहें।''

– श्री नरेन्द्र मोदी

''कलह, विग्रह और द्वेष से ग्रस्त वर्तमान वातावरण में बापू जिस तरह सत्य, करुणा और संवेदनशीलता के संदेश का प्रसार कर रहे हैं, उसके लिए राष्ट्र उनका ऋणी है।'' – श्री चन्द्रशेखर

पूर्व प्रधानमंत्री श्री एच.डी. देवेगौड़ा भी पूज्य बापूजी के दर्शन करने पधारे थे। पूज्य बापूजी के दर्शन, सत्संग एवं सान्निध्य से वे ऐसे अभिभूत हुए कि उन्होंने पूज्य बापूजी के श्रीचरणों में दंडवत् प्रणाम किया था।

''पूज्य बापूजी के दिव्य दर्शन एवं अनुभवसम्पन्न वाणी का मुझ पर गहरा प्रभाव पड़ा है। उनकी निगाहों से तन प्रभावित होता है और वचनों से मन भी पवित्रता का मार्ग पकड़ लेता है।''

– स्व. श्री गुलजारीलाल नंदा

''७६ साल की उम्र में पूज्य बापूजी को गलत तरीके से फँसाकर प्रताड़ित किया जा रहा है। बापूजी को बहुत कष्ट दिया गया है। उन्हें जमानत मिलनी चाहिए।''

– श्री अशोक सिंहलजी
मुख्य संरक्षक व पूर्व अंतर्राष्ट्रीय अध्यक्ष, विहिप

''संत श्री आशारामजी बापू पर किया गया केस झूठा है। लड़की की कहानी विश्वास करने योग्य नहीं है।''

– सुप्रसिद्ध वरिष्ठ अधिवक्ता एवं न्यायविद् श्री राम जेठमलानी

पूज्य बापूजी के अवतरण दिवस पर देश-विदेश में विभिन्न स्थानों पर हुए व्यापक सेवाकार्य

अहमदाबाद में संकीर्तन यात्रा, हवन एवं गरीब क्षेत्रों में भोजन व मिष्टान्न-वितरण

विदेशों में भी सत्संग, गुरु-पूजन, संकीर्तन के द्वारा मनाया गया अवतरण दिवस

जनकपुर (नेपाल) शारजाह (यूएई) कैलिफोर्निया

(आवरण पृष्ठ २ व ३ देखें)

Posting at Dehradun G.P.O. between 1st to 17th of every month. ❋ Posting at ND PSO on 10th & 11th of E.M. ❋ Posting at MBI Patrika Channel on 24th & 25th of E.M.